PRZEWODNIK
PO BUDDYJSKIEJ ŚCIEŻCE

Sangharakszita

PRZEWODNIK PO BUDDYJSKIEJ ŚCIEŻCE



Kraków 2013

Tytuł oryginału:
A Guide to the Buddhist Path

Przekład:
Henryk Smagacz
Krystyna Bartnik

Korekta
Beata Wojciechowska-Dudek

Redakcja
Nityabandhu (Michał Balik)

Zdjęcie na okładce
Budda, Chintamani (Ivan Villamar Trujillo)

Skład i łamanie tekstu, projekt okładki
i przygotowanie do druku:
Beata Wojciechowska-Dudek

Studio ANATTA
www.anatta.pl

ISBN 978-83-934206-9-2

SANGHALOKA
Kraków, ul. Augustiańska 4
www.buddyzm.info.pl

SPIS TREŚCI

WSTĘP I PODZIĘKOWANIA

Niezwykłą cechą duchowego geniuszu Buddy było osiągnięcie Oświecenia – celu swojego duchowego poszukiwania – bez przewodnika. Dokonał tego sam. Wiedział jednak, że inni będą potrzebowali znacznej pomocy, aby osiągnąć Oświecenie, zatem resztę życia poświęcił przewodnictwu duchowemu i jednym z jego tytułów stało się „Wskazujący Drogę". Na szczęście okazało się, że z takim samym geniuszem, z jakim odkrył drogę dla siebie, wskazywał ją innym. Dzięki jego pomocy wielu ludzi podążających za Dharmą osiągnęło Oświecenie. Musieli oczywiście dokonać niezbędnego wysiłku, żeby – jak to ujął – stać się lampą dla siebie, ale ich osiągnięcia inspirowane były nauką mistrza i dokonane pod jego przewodnictwem.

Dziś buddyści potrzebują przewodnika na drodze do Oświecenia tak samo, jak potrzebowali go uczniowie Buddy dwa i pól tysiąca lat temu. Pod pewnymi względami potrzebują go nawet bardziej. Istnieje obecnie obszerna literatura buddyjska: tysiące stron pism kanonicznych różnych szkół oraz niezliczone komentarze wielkich nauczycieli buddyjskich z wielu stuleci. Te miliony słów zostały wypowiedziane lub zapisane w różnych językach, w różnych okresach historycznych, dla określonych osób lub grup ludzi, w szczególnych okolicznościach, dla ludzi o różnych potrzebach duchowych i o różnym zapleczu kulturowym i społecznym. Ponadto, w ostatnich pięćdziesięciu latach napisano setki książek o buddyzmie; niektóre z nich są rzeczowe i inspirujące, inne mniej.

Jeśli z tradycji buddyjskiej mamy czerpać strawę duchową, potrzebujemy kogoś, kto nas przeprowadzi przez tę przytłaczającą mnogość literatury; kogoś, kto może nie tylko zagwarantować wierność przełożonego słowa, ale też wybrać i zinterpretować je zgodnie z naszymi indywidualnymi potrzebami. Szczególnie na początku podróży bardzo łatwo możemy pobłądzić, zatem na długiej duchowej ścieżce bardzo ważna jest obecność kogoś, kto odwiedzie nas od grożących niebezpieczeństw, kogoś, komu możemy powierzyć kierowanie naszym dążeniem do celu.

Takim przewodnikiem jest Sangharakszita, jeden z czołowych nauczycieli Dharmy Buddy na Zachodzie, założyciel Wspólnoty Buddyjskiej Triratna [uprzednio: Przyjaciele Zachodniej Wspólnoty Buddyjskiej, ang. Friends of the Western Buddhist Order, zob. www.buddyzm.info.pl lub www.thebuddhistcentre.com – przyp. red.]. Jak wszyscy dobrzy

przewodnicy, Sangharakszita zna teren doskonale. W ciągu dwudziestu lat spędzonych w Indiach zaznajomił się solidnie i głęboko z buddyjską nauką poprzez systematyczną medytację i indywidualne studia, korzystał też z instrukcji wybitnych nauczycieli wszystkich trzech wielkich tradycji buddyjskich: hinajany, mahajany i wadżrajany.

Sangharakszita urodził się w Londynie w 1925 roku. Mając kilkanaście lat, zapoznał się z dwoma buddyjskimi pismami: *Sutrą diamentową*, słynną rozprawą o Doskonałej Mądrości oraz *Sutrą podwyższenia Huei Nenga* (albo *Huinenga*), jednym z najważniejszych pism szkoły zen. Te lektury obudziły w nim przekonanie, że jest buddystą. Po odbyciu służby wojskowej w Indiach pod koniec II wojny światowej pozostał tam, zgodnie z tradycją wyrzekł się życia rodzinnego i „odszedł"[1] w poszukiwaniu spełnienia duchowego. Został wyświęcony na mnicha i przez pewien czas studiował u czcigodnego Dżagdisza Kaśjapy, słynnego uczonego ze szkoły therawady. Żywą relację z tego okresu swego życia Sangharakszita zamieścił w tomie wspomnień *The Thousand-Petalled Lotus.*

Następnie udał się do miasteczka Kalimpong u stóp Himalajów, gdzie założył własną wiharę. Tam studiował u kilku wybitnych tybetańskich lamów i u Czena, słynnego pustelnika zen, znawcy mahajany. Napisał dobrze znaną książkę *A Survey of Buddhism*[2] i przez kilka lat wydawał periodyk *Maha Bodhi Journal*. (Ten okres omawiają dwa kolejne tomy wspomnień *Facing Mount Kanchenjunga* oraz *In the Sign of the Golden Wheel*)[3].

W połowie lat 50. XX wieku Sangharakszita osobiście zaangażował się w niesienie pomocy wielu tysiącom byłych niedotykalnych w indyjskim stanie Maharasztra, którzy nawrócili się na buddyzm tuż przed śmiercią swojego przywódcy, dr. B. R. Ambedkara. Ponad dwadzieścia lat później kilku jego zachodnich uczniów podjęło tę pracę na nowo i została ona uwieńczona utworzeniem indyjskiej filii Wspólnoty Buddyjskiej Triratna (uprzednio Trailokya Bauddha Mahasangha Sahayak Gana – TBMSG).

Podczas swej dwuletniej wizyty w Anglii w 1964 roku Sangharakszita uznał, że istnieje bardzo duże zapotrzebowanie na nowy ruch buddyjski.

---

[1] Odejście (w oryg. ang. *going forth*) to tradycyjny termin w buddyzmie, por. rozdział *Kim jest Budda?*, *Odejście* – przyp. red.

[2] W Polsce wydaną przez Wydawnictwo A pt. *Wprowadzenie do buddyzmu* – przyp. red.

[3] Opublikowane wspomnienia Sangharakszity, jak i niektóre inne jego książki, są dostępne w formacie PDF na stronie http://sangharakshita.org/online_books.html – przyp. red.

Dlatego postanowił powrócić na Zachód i w roku 1967 założył ruch o nazwie Triratna. Rok później przyjął do niego pierwszych członków.

Od początku istnienia aż do niedawna bardzo angażował się w działalność Wspólnoty, czuwając nad jej początkami i tworząc wizję dalszego rozwoju. Wokół niego gromadziła się coraz większa liczba osobistych uczniów, rosła też ilość członków Wspólnoty stanowiącej duchowy zalążek tego ruchu. Chociaż intensywnie zajmował się organizacją, w okresie formowania się Wspólnoty Sangharakszita pełnił głównie rolę nauczyciela Dharmy; swoją wizję i rozumienie przesłania Buddy przekazywał w różnych pismach, na wykładach publicznych oraz na seminariach na temat tekstów buddyjskich.

W latach 1965-1987 wygłosił prawie dwieście wykładów poświęconych różnym aspektom buddyzmu. Wśród nich znajdowały się cykle wykładów dotyczących Szlachetnej Ośmiorakiej Ścieżki Buddy i ideału bodhisattwy, a także dwa cykle wykładów, w których duchową ścieżkę buddyjską przedstawił jako drogę wyższej ewolucji.

Wszystkie te wykłady nagrywano i to z nich skompilowano *Przewodnik po buddyjskiej ścieżce.* Składa się on ze starannie wybranych i zredagowanych fragmentów transkrypcji taśm. Pierwotna wersja została ułożona tak, by służyć jako podręcznik podczas buddyjskich kursów (odosobnień) dla osób chcących wstąpić do Triratny. Ponieważ proces ordynacyjny (przygotowanie do wstąpienia do Wspólnoty) nabierał kształtu przez wiele lat, część materiału została usunięta z podręcznika, a dodano nowy materiał. Ostatecznie wprowadzono zmiany uwzględniające szersze grono czytelników i w ten sposób powstała obecna wersja.

Dobrze by było, gdyby czytelnik pamiętał o tym, że *Przewodnik* powstał w ten sposób i że zasadniczo jest antologią zredagowanych fragmentów wykładów wygłaszanych w różnym czasie i w różnych okolicznościach na przestrzeni ponad dwudziestu lat. Chociaż są podzielone logicznie na odrębne rozdziały, w sposób nieunikniony nie mają tak naturalnego przejścia, jak miałoby to miejsce, gdyby książka została pomyślana i napisana jako jedna praca.

Dobry przewodnik oprócz tego, że obeznany jest z terenem, zdaje sobie także sprawę z tego, jakiego rodzaju ludziom przewodzi. Pracę Sangharakszity znamionuje jasna świadomość potrzeby nadania naukom Buddy takiej formy, jaką zachodni umysł mógłby bez trudu przyjąć. Dzięki głębokiej znajomości zachodniej literatury i filozofii Sangharakszita

jest do tego dobrze przygotowany. Jego zrozumienie zachodnich systemów myśli jest tak imponujące jak jego pojmowanie buddyzmu i innych form filozofii Wschodu.

Będąc tak znakomicie obeznanym z oboma światami, wschodnim i zachodnim, jest dobrym tłumaczem – tłumaczem w najszerszym znaczeniu tego słowa. W jednej ze swych publikacji, *Wracając do Św. Hieronima*[4], Sangharakszita rozważa swoje podobieństwo do św. Hieronima, który w sztuce Zachodu ucieleśnia archetyp tłumacza. W tym sensie tłumacz jest przewodnikiem w pełnym tego słowa znaczeniu.

W *Przewodniku po buddyjskiej ścieżce* znajdujemy podstawowe nauki Sangharakszity i leżące u jej podstaw zasady. Na początku Sangharakszita odwodzi nas od pułapki sekciarstwa, groźby pomylenia części z całością. Jeśli naprawdę mamy zbliżyć się do buddyzmu, musimy zbliżyć się do niego jako do całości, nie ulegając sugestii, że jedna szczególna szkoła, czy to zen, czy wadżrajana, reprezentuje cały buddyzm. Musimy zgłębić całość, aby odkryć, co ma dla nas największą wartość. Sangharakszita niejednokrotnie wskazywał na podobieństwo między Triratną, a szkołą tiantai w Chinach, która rozkwitła w VI w. n.e. Obie mają zarazem wszechstronne i wybiórcze podejście do nauk, obie z wielkiej ilości dostępnego materiału wybierają te przykłady Wglądu, te szczególne praktyki i zasady, które wydają się najbardziej pomocne w rozwoju duchowym uczniów w określonym miejscu i czasie w historii.

W *Przewodniku* już na początku zaznacza się inna ważna cecha nauki buddyjskiej, którą nie zawsze się docenia, ale na którą Sangharakszita często zwraca uwagę w swojej pracy. Jest to potrzeba rozróżnienia między językiem faktów a językiem mitu. Sangharakszita wnika w to rozróżnienie w bardzo pouczający sposób w rozdziale *Archetypowa symbolika w biografii Buddy*, ukazując w jak wielkim stopniu człowiek współczesny, z wielką szkodą dla siebie, utracił kontakt z językiem mitu. Powinniśmy mówić obydwoma językami i obydwa rozumieć, a także wystrzegać się lekceważenia niezwykle rozbudowanego mitycznego aspektu buddyzmu, stwierdzając, że to tylko legenda.

Przestrzega nas też przed jedną z największych pułapek, a mianowicie poglądem, że bycie prawdziwym buddystą oznacza bycie mnichem. Mimo

4 W oryginale angielskim pt. *St. Jerome Revisited* – przyp. red.

iż zasadniczo jest zwolennikiem klasztornego stylu życia, to jednak twierdzi, że bycie buddystą oznacza pójście po Schronienie do Trzech Klejnotów – Buddy, Dharmy i Sanghi – oraz umieszczenie Trzech Klejnotów w centrum swojego życia. Bardziej niż cokolwiek innego ten nacisk na główną rolę pójścia po Schronienie jest cechą wyróżniającą przesłanie Sangharakszity. Z tego względu pierwszą część książki poświęcono Trzem Klejnotom.

W rozdziale poświęconym Dharmie, drugiemu z Trzech Klejnotów, pojawia się inny dominujący w pracy Sangharakszity temat. Już w pierwszych dniach po powrocie do Anglii[5] zdał sobie sprawę, jak wielką przeszkodą w rozwoju duchowym mogą być dla ludzi negatywne emocje. Dlatego podkreśla potrzebę rozwijania pozytywnych emocji, szczególnie poprzez praktykowanie medytacji zwanej metta bhawaną[6]. Ta zaostrzona świadomość ludzkich emocjonalnych komplikacji wpłynęła na sposób, w jaki przekazuje on głęboką naukę Buddy o uwarunkowaniu: naukę mówiącą, że wszystkie rzeczy lub istoty – czy to rzeczy materialne, czy stany umysłu – powstają w zależności od warunków.

W książkach na temat buddyzmu często pomija się fakt, że istnieją dwa podstawowe sposoby uwarunkowania, a nie tylko jeden; dwa sposoby, w jaki możemy działać: jeden niezręczny, drugi zręczny. Pierwszy zwany jest cyklicznym lub, jak to określa Sangharakszita, reaktywnym. W ten sposób postępujemy przez większość czasu i z niego bierze się całe nasze cierpienie. Ale jest też sposób spiralny, czy kreatywny, w którym możemy rozwijać się duchowo, doświadczać stale pogłębiających się stanów szczęścia i błogości. Zwykle w literaturze buddyjskiej dużo obszerniej rozważa się i eksponuje ten negatywny i reaktywny sposób postępowania niż ten pozytywny i kreatywny. Aby oddać sprawiedliwość komentatorom historycznym, jak i współczesnym, trzeba przyznać, że same teksty kanoniczne poświęciły zadziwiająco mało miejsca twórczemu sposobowi i afirmatywnym etapom drogi duchowej.

Pragnąc przywrócić równowagę w tym względzie, Sangharakszita kładzie nacisk na duchowy, kreatywny sposób uwarunkowania. Rozumie, że z uwagi na uwarunkowanie (wychowanie i zewnętrzne wpływy, które nas ukształtowały), od którego być może dopiero niedawno się

[5] W latach 60. XX wieku – przyp. red.

[6] Rozwijanie przyjaznego i życzliwego nastawienia do siebie i ludzi – przyp. red.

uwolniliśmy lub nadal jeszcze uwalniamy, bardziej prawdopodobne jest, że dużo skuteczniejszym bodźcem do praktyki będzie dla nas zachęta i przedstawienie pozytywów płynących z praktyki niż surowe ostrzeżenia przed niewłaściwym postępowaniem.

Pierwsza część książki kończy się kilkoma rozdziałami poświęconymi znaczeniu społeczności duchowej, trzeciemu z Trzech Klejnotów. Biorąc pod uwagę, jak mocno Sangharakszita podkreśla prymat pójścia po Schronienie, nie powinno nas dziwić, że położył równie wielki nacisk na znaczenie społeczności duchowej, tych, którzy idą po Schronienie. Ten aspekt jego nauczania przeciwdziała często powstającemu wrażeniu, że prawdziwa sangha to społeczność mnichów.

Druga część *Przewodnika* poświęcona jest tradycyjnemu ujęciu ścieżki buddyjskiej, potrójnej ścieżki etyki, medytacji i Mądrości. W rozdziale o etyce Sangharakszita ukazuje, że etyka buddyjska nie opiera się na poczuciu obowiązku czy na prawie, ale na tym, że możemy wybrać jeden z dwóch podstawowych sposobów uwarunkowania i wybrawszy, stajemy się odpowiedzialni za konsekwencje naszego wyboru.

W tradycji Triratny zawsze przywiązywano dużą wagę do praktyki medytacyjnej. W medytacji mamy do czynienia bezpośrednio ze stanem swojego umysłu. Systematyczna praktyka medytacji tworzy niezbędną podstawę dla pojawienia się Wglądu. Praktykujących w Triratnie zachęca się do podjęcia regularnej praktyki medytacyjnej. W wielu swoich wykładach Sangharakszita podejmuje temat medytacji i jej różnych aspektów. W przytoczonym tu fragmencie wykładu omawia pięć praktyk medytacyjnych, które wg tradycji przeciwdziałają pewnym truciznom czy przeszkodom w rozwoju duchowym; w kolejnym objaśnia techniki medytacji praktykowane przez członków Triratny jako zintegrowany system odzwierciedlający kolejne etapy rozwoju duchowego.

Z powyższego opisu powinno jednoznacznie wynikać, że w zamyśle tej książki nie leży historyczny czy geograficzny przegląd całego buddyzmu (znajdziemy go w kilku innych książkach Sangharakszity). Jest to raczej jego własna interpretacja nauk tradycji buddyjskiej, zebranie jej podstawowych cech tak, żeby dać czytelnikowi wyobrażenie, jak wprowadzić te nauki w życie.

Oddając prawdziwy charakter nauk Dharmy według Sangharakszity, *Przewodnik po ścieżce buddyjskiej* stanowi znakomite wprowadzenie

do jego twórczości. Zasadniczo jednak, jak sam tytuł wskazuje, jest to przewodnik po praktyce. Wielu ludzi zostało buddystami po wysłuchaniu wykładów Sangharakszity, czy to na żywo, czy z taśm[7]. Może niektórzy, zetknąwszy się z tą książką, po przeczytaniu jego słów zechcą wysłuchać głosu przewodnika. Niezależnie od tego, czy tak się stanie, czy nie, należy mieć nadzieję, że następne strony staną się źródłem inspiracji dla wielu ludzi na wiele nadchodzących lat i zapewnią im duchowe przewodnictwo, jakiego poszukiwali.

Dharmaczari Abhaja

PODZIĘKOWANIA

Pierwsze wydanie *Przewodnika po ścieżce buddyjskiej* miało miejsce w 1990 roku i od tej pory był on wielokrotnie wznawiany. Wydawnictwo Windhorse Publications ma teraz przyjemność zaprezentować trzecie wydanie. Pragniemy, by *Przewodnik* służył jeszcze lepiej wszystkim aspirującym do podążania ścieżką buddyjską. W tym celu niniejsze wydanie zawiera dodatkowe wprowadzenie przed każdym działem i rozdziałem.

Jesteśmy wdzięczni za wysiłek włożony w poprzednie wydania, w szczególności Śantawirze – za skrupulatną korektę, Abhai – za przedmowę i przypisy do pierwszego wydania oraz Aloce – za charakterystyczne ilustracje. Pragniemy podziękować Dżnianasiddhi za wprowadzenia do działów i rozdziałów, Wiśwapaniemu za przejrzenie kilku działów oraz przypisów, Amandzie za redakcję oraz Saralamatiemu za korektę. Zespół wydawniczy Windhorse Publications również pragnie wyrazić wdzięczność anonimowym darczyńcom, bez których pomocy niniejsze wydanie nie mogłoby się ukazać.

7 Dziś raczej w mp3, zob. www.freebuddhistaudio.com – przyp. red.

CZĘŚĆ I

WPROWADZENIE

JAK PODCHODZIĆ DO BUDDYZMU?

Do buddyzmu można podchodzić na wiele różnych sposobów: jedne są bardziej właściwe, inne mniej, a niektóre całkiem błędne. Ideałem jest traktowanie buddyzmu jako buddyzmu. Takie stwierdzenie może nas uderzyć jako oczywiste, ale faktem jest, że nie zawsze tak postępujemy.

Aby zrozumieć, co znaczy traktować buddyzm jako buddyzm, powinniśmy najpierw zrozumieć jego istotę. Religię zdefiniowałem kiedyś jako „osiągnięcie stanu psychologicznej i duchowej pełni oraz odnoszenie się w tym stanie do innych ludzi i ostatecznej rzeczywistości”[8]. Religia jest też sumą wszystkich nauk i metod prowadzących do tego właśnie osiągnięcia. Buddyzm odzwierciedla tę definicję, może nawet wyraźniej niż jakiekolwiek inne nauczanie. Służy przede wszystkim jako środek do osiągnięcia psychologicznej i duchowej pełni. Mówiąc jego własnym językiem – jest drogą do Oświecenia. Buddyzm czy Dharma porównywane są do tratwy[9] przenoszącej nas na drugi brzeg, którym jest Nirwana (Oświecenie, doskonały spokój umysłu, Wolność, Wgląd, Mądrość, Współczucie). Używając bardziej współczesnego języka, buddyzm jest narzędziem wyższej ewolucji ludzkości, czyli narzędziem ewolucji każdej indywidualnej istoty ludzkiej – od nieoświeconego stanu do stanu najwyższego Oświecenia[10].

---

8 Zob. Sangharakszita, *Is Religion Necessary?*, http://freebuddhistaudio.com/audio/details?num=17, London 1966.

9 *The Middle Length Sayings* (*Majjhima-Nikaya*), tłum. I. B. Horner, Pali Text Society, London 1967, vol. I, 134-5.

10 Sangharakszita, od czasu, kiedy wygłosił ten wykład w 1966 r., objaśnił Dharmę o wiele pełniej i spójniej w terminach ewolucyjnych. Chociaż „wyższa ewolucja” nie jest tradycyjnym terminem buddyjskim, idea rozwoju duchowego jako ewolucji świadomości jest zgodna z nauką buddyjską i pośrednio w niej zawarta. Cały proces rozwoju życia od pierwotnych oznak w jego początkach aż do najwyżej rozwiniętej świadomości oświeconego umysłu może być postrzegany jako jedna długa ewolucja, którą można podzielić na dwa odrębne etapy: niższą ewolucję i wyższą ewolucję. Niższa ewolucja oznacza proces rozwoju życia od jego początkowych eonów w prehistorii, aż do pojawienia się ludzkiego życia. Wyższa ewolucja rozpoczyna się od pewnego poziomu samoświadomości (czy refleksyjnej świadomości) i trwa aż do samego Oświecenia. Niższa ewolucja jest tym, z czego się rozwinęliśmy; wyższa ewolucja jest tym, czym możemy się stać, jeśli chcemy. Nie istnieje określony punkt, w którym kończy się niższa ewolucja i zaczyna wyższa. Punkt styku tych dwóch etapów jest szerokim pasmem, w którym rozwija się pewien stopień samoświadomości: rodzaj

Dopóki tego nie zrozumiemy, nie zobaczymy buddyzmu w prawdziwym świetle. Coś zobaczymy, ale to nie będzie buddyzm. Co najwyżej będzie to dość niefortunnie zniekształcony obraz buddyzmu.

Podam kilka przykładów, jak można zniekształcić buddyzm, kiedy nie traktuje się go jako buddyzm. Jakiś czas temu przyjmowałem czarującego gościa z Japonii, kapłana buddyzmu śin[11], który odbywał podróż po świecie. W trakcie rozmowy powiedział do mnie: „Muszę ci powiedzieć o czymś, co bardzo mnie cieszy. W drodze z Japonii do Londynu zatrzymywałem się w różnych miejscach, między innymi w Rzymie, gdzie miałem zaszczyt być na audiencji u papieża. Co więcej, papież dał mi list, w którym wyraża wielki szacunek dla buddyzmu". Kiedy to usłyszałem, stałem się, szczerze mówiąc, nieco podejrzliwy. Czułem, że wyrażanie wielkiego szacunku dla buddyzmu jakoś nie pasowało do papieża. Powiedziałem więc: „Czy nie miałbyś nic przeciwko temu, żebym rzucił okiem na ten list?". Mój gość wyjął list z teczki, zachwycony, że może

---

świadomości, który pozwala człowiekowi nie tylko być świadomym otaczającego go świata, ale również być świadomym tego, że jest świadomy. Wraz z samoświadomością, jak sama nazwa wskazuje, człowiek jest siebie świadomy i obserwuje siebie. To odróżnia go od zwierząt, które mają tylko prostą czy zmysłową świadomość.

Każdy człowiek mający wystarczający stopień samoświadomości może, jeśli zechce, podjąć życie duchowe (czy praktykę), rozpocząć proces wyższej ewolucji od etapu, na którym się znajduje, aż do samego Oświecenia. Podczas gdy niższa ewolucja jest procesem biologicznym i zbiorowym, wyższa ewolucja jest ewolucją świadomości i może być podjęta wyłącznie w rezultacie indywidualnego wyboru; postęp może wyniknąć jedynie z indywidualnego wysiłku. Niższą ewolucją zajmuje się zwykle fizyka, biologia i chemia, a wyższą psychologia, filozofia i religia.

Szczegółowe omówienie wyższej ewolucji zob. dwie serie wykładów Sangharakszity na taśmach: *The Higher Evolution of Man*, http://freebuddhistaudio.com/audio/details?num=75 i *Aspects of the Higher Evolution of the Individual*, http://freebuddhistaudio.com/audio/details?num=83, London, odpowiednio: 1969 i 1970. Zob. również: R. Cooper (Ratnaprabha), *The Evolving Mind*, Windhorse, Birmingham 1996.

11 Buddyzm śin jest jedną z głównych szkół buddyzmu w Japonii; jest to odłam indochińskiej tradycji mahajany. W śin nie próbuje się osiągnąć Oświecenia, zamiast tego wyznawca poddaje jaźń innej sile zwanej Amitabha albo Amida, Budda Nieskończonego Światła (por. rozdział Mandala Pięciu Buddów/Amitabha w tej książce). Takie poddanie się prowadzi do odrodzenia w czystej krainie Amitabhy, Sukhawati (Krainie Szczęśliwości). Wyznawcy śin czczą *Większą* i *Mniejszą Sutrę Sukhawati-wjuha* oraz *Amitajur-dhjana Sutrę*. Zob. *Buddhist Mahayana Texts*, wyd. E. B. Cowell i in., Dover Publications Inc., New York 1969.

mi go pokazać. List napisano na pokaźnych rozmiarach, grubym arkuszu papieru przypominającym pergamin, z wielkim herbem w nagłówku. Faktycznie, pochodził od papieża, chociaż, co ciekawe, nie było na nim jego podpisu. Poczciwy japoński kapłan, rozpromieniony, odczytał mi go. Papież napisał, że buddyzm jest godny pochwały, ponieważ jest wspaniałą ludzką nauką.

Każdy, kto zna trochę katolicyzm czy prawosławie, dobrze wie, co to oznacza. Według katolicyzmu czy ortodoksyjnego chrześcijaństwa istnieją dwa rodzaje religii: objawiona i naturalna. Religia objawiona jest, można powiedzieć, transcendentalna, podczas gdy religia naturalna jest jedynie humanistyczna. Ponieważ w buddyzmie nie ma najwyższego boga, który objawił religię ludzkości, jest on zaklasyfikowany jako religia naturalna i opisywany jako nauka ludzka. Inaczej mówiąc, jest to nauka tylko ludzka, nie nauka Syna Bożego. To nic więcej, jak system etyczny i z pewnością nie doprowadzi nikogo do zbawienia. Kapłan japoński, ponieważ nie znał katolicyzmu, nie zdawał sobie z tego sprawy. Myślał, że buddyzm opisany jako wspaniała nauka ludzka został doceniony i uszanowany, podczas gdy w rzeczywistości został subtelnie podważony i zdeprecjonowany.

Czytając książki napisane przez ortodoksyjnych rzymskich katolików, odkrywamy, że generalnie zajmują takie właśnie stanowisko. Mówią, że buddyzm jest bardzo szlachetny i subtelny, ale jest jednak ludzkim wytworem i dlatego nie można przy jego pomocy uzyskać zbawienia. W pewnej książce, którą czytałem, autor po całkiem uczonym przeglądzie pewnych buddyjskich nauk zakończył swoją książkę stwierdzeniem (w ostatnim akapicie na ostatniej stronie), że to szkoda, iż tak wiele milionów ludzi weszło na tratwę Dharmy, jeśli się weźmie pod uwagę fakt, że na samym końcu ta tratwa po prostu tonie[12]. Tacy autorzy nie uważają buddyzmu za drogę do Oświecenia. Inaczej mówiąc, nie traktują buddyzmu jako buddyzmu, nie traktują buddyzmu (w jego własnych kategoriach) jako drogi do Oświecenia. Jeśli nie traktuje się buddyzmu w ten sposób, jest to tylko bardzo uczone, akademickie minięcie się z prawdą.

W tym względzie nie zawinili jedynie katolicy. Można by cytować też przykłady hinduistów. Ortodoksyjni hinduiści, szczególnie bramini, mają wielkie trudności z traktowaniem buddyzmu jako buddyzmu. W ciągu

---

12 H. de Lubac, *Aspects of Buddhism*, tłum. G.R. Lamb, Sheed & Ward, London 1953.

wielu lat spędzonych w Indiach spotykałem się z tym bardzo często. Kiedy tylko wspomni się o buddyzmie (doświadczyłem tego dosłownie tysiące razy), natychmiast mówią, nawet nie czekając, czy ma się jeszcze coś do dodania na ten temat: „Tak, to tylko odłam hinduizmu". Znaczące jest, że zawsze używają słowa „tylko". Czasem pytałem: „Dlaczego nie mówisz: to jest odłam hinduizmu? Dlaczego mówisz: to tylko odłam hinduizmu?". Słówko „tylko" ujawnia ich postawę, sugeruje mniejszą wartość i ograniczenie.

Nawet niektórzy całkiem dobrzy uczeni hinduistyczni, kiedy studiują buddyzm i odkrywają, że pewnych doktryn buddyjskich nie ma w hinduizmie, mówią, że nie mogą one należeć do buddyzmu. Według nich buddyzm jest tylko odgałęzieniem hinduizmu, więc jeśli zawiera doktryny, których nie ma w hinduizmie, muszą to być zafałszowania wprowadzone przez podstępnych mnichów buddyjskich. Wyraźnie stwierdzają to w niektórych swoich pracach. Na przykład niektórzy uczeni hinduistyczni, włączając Radhakrisznę, próbują całkiem poważnie dowodzić, że Budda nie nauczał o braku niezmiennego „ja" (anatmawada), lecz że było to późniejszym wymysłem mnichów. Podobnie jest z nieteistyczną postawą buddyzmu. Niektórzy uczeni hinduistyczni twierdzą wręcz, że Budda w istocie wierzył w Boga, ale nie chciał mówić o tym swoim wyznawcom, ponieważ mogłoby to ich zdenerwować (niektórzy uczeni pisali o tym w swoich pracach „naukowych"). Są to przykłady na to, jak buddyzm zostaje zniekształcany, ponieważ ludzie nie chcą, czy nie są gotowi, traktować buddyzmu po prostu jako buddyzm.

Jeśli chcemy naprawdę zająć się buddyzmem, powinniśmy traktować go jako buddyzm: jako środek do osiągnięcia psychologicznej i duchowej pełni, jako drogę do Oświecenia, narzędzie wyższej ewolucji. Dopóki tego nie zrozumiemy, w ogóle nie będziemy w stanie go zrozumieć. Jak już powiedziałem, może coś zrozumiemy, ale to będzie tylko nasza własna zniekształcona wersja buddyzmu, nasza subiektywna interpretacja, a nie obiektywna prawda o buddyzmie.

Kulminacją traktowania buddyzmu jako buddyzmu jest pójście po Schronienie[13]. Idziemy po Schronienie do Trzech Klejnotów: Buddy

---

13 Pełne wyjaśnienie znaczenia pójścia po Schronienie zob. Sangharakszita, *The History of My Going for Refuge*, Windhorse, Glasgow 1988, s. 103 i n.; tenże, *Going for Refuge*, Windhorse, Glasgow 1986. Zob. również wersję w formacie PDF na stronie http://sangharakshita.org/online_books.html.

(oświeconego nauczyciela), Dharmy (drogi do Oświecenia) i Sanghi (społeczności tych, którzy razem idą drogą prowadzącą do Oświecenia). Nawet jeśli nie zdecydujemy się na pójście po Schronienie do Trzech Klejnotów, powinniśmy przynajmniej zadać sobie pytanie, czy uważamy buddyzm za środek prowadzący do Oświecenia, czy też mamy jakiś inny pogląd – albo nie mamy żadnego poglądu – na ten temat. Powinniśmy zadać sobie pytanie, czy faktycznie próbujemy traktować buddyzm jako drogę do Oświecenia, czy próbujemy faktycznie wziąć do ręki narzędzie własnej indywidualnej wyższej ewolucji.

Dochodzimy teraz do innej ważnej kwestii. Dobrze jest traktować buddyzm jako buddyzm, ale również musimy traktować buddyzm jako całość. Buddyzm to bardzo stara religia: ma za sobą 2500 lat historii. W tym czasie, szczególnie we wczesnym okresie, rozpowszechnił się on praktycznie na całym Wschodzie[14]. Rozpowszechniając się, przechodził proces ciągłej transformacji i rozwoju. Sposób wyrażania swych podstawowych doktryn przystosowywał do potrzeb ludzi, wśród których się znalazł. W ten sposób powstało wiele różnych szkół i tradycji. Historycznie biorąc, można powiedzieć, że buddyzm to wszystkie te szkoły i tradycje. Buddyzm reprezentuje sobą wszystkie te ogromne osiągnięcia, jakie nastąpiły w ciągu 2500 lat rozpowszechniania się Dharmy.

Ogólnie rzecz biorąc, na świecie istnieją trzy główne formy buddyzmu. Po pierwsze, mamy południowo-wschodni buddyzm azjatycki. Ta odmiana buddyzmu występuje na Sri Lance, w Myanmar (Birmie), Tajlandii, Kambodży, Laosie i w paru innych miejscach. Opiera się ona na kanonie palijskim therawady (wersji pism buddyjskich w języku palijskim przekazanych przez therawadę, tzw. szkołę starszych, która jest jedną z najstarszych szkół buddyzmu).

Po drugie, istnieje buddyzm chiński. Obejmuje on również buddyzm japoński, koreański i wietnamski; wszystkie te odłamy, przynajmniej w swoich początkach, były odgałęzieniami buddyzmu chińskiego. Buddyzm chiński opiera się na chińskiej *Tripitace*, czyli „trzech skarbcach" (zbiorze chińskich przekładów wszystkich dostępnych hinduskich pism buddyjskich wszystkich szkół: mahajany, sarwastiwady, sautrantiki i tak dalej).

[14] Krótki historyczny opis rozpowszechniania się buddyzmu zob. E. Conze, *A Short History of Buddhism*, Allen & Unwin, London 1982.

Po trzecie, jest buddyzm tybetański obejmujący także buddyzm Mongolii, Butanu i Sikkimu. Ta forma buddyzmu opiera się na dwóch wielkich zbiorach kanonicznych i na wpół kanonicznych prac: *Kangjur*, czyli przetłumaczone słowo Buddy i *Tangjur*, przetłumaczone komentarze wielkich aczarjów, wielkich buddyjskich filozofów i nauczycieli duchowych[15].

Te trzy główne formy buddyzmu są gałęziami pierwotnego pnia buddyzmu indyjskiego. Stanowią odmiany buddyzmu, które pierwotnie rozwijały się w Indiach przez około 1500 lat. Południowo-wschodni buddyzm azjatycki reprezentuje pierwszą fazę rozwoju buddyzmu w Indiach. Trwała ona około 500 lat – w przybliżeniu od czasu parinirwany, czyli śmierci Buddy, do początku ery chrześcijańskiej – i zwana jest hinajanistyczną fazą rozwoju. W tym czasie buddyzm wyrażany był głównie w kategoriach etycznych i psychologicznych.

Buddyzm chiński reprezentuje buddyzm indyjski w drugiej fazie jego rozwoju. Jest syntezą hinajany i mahajany. Mahajana obejmuje bardziej religijne i metafizyczne aspekty nauk Buddy. Ta faza trwała (w przybliżeniu) od czasu początków chrześcijaństwa do około V w. n.e.

Buddyzm tybetański reprezentuje trzecią fazę rozwoju buddyzmu w Indiach. Ta końcowa faza trwała od około V w. n.e. do około X w. n.e. – albo nieco dłużej. Jest syntezą hinajany, mahajany i wadżrajany. Wadżrajana to buddyzm jogiczny i symboliczno-rytualny.

Wszystkie trzy główne formy buddyzmu posiadają liczne szkoły i podszkoły. W południowo-wschodnim buddyzmie azjatyckim różnice mają charakter głównie narodowy – buddyzm syngaleski różni się od birmańskiego, birmański od tajskiego i tak dalej – chociaż występują też odrębne szkoły w każdym kraju. Buddyzm chiński wytworzył bardzo wiele szkół: szkoła tiantai, huajan, czan (zwykle znana jako szkoła zen) i tak dalej – w sumie około tuzina ważnych szkół. Japonia też posiada własne szkoły, które rozwinęły się niezależnie od wpływu chińskiego, szczególnie szkołę śin oraz szkołę niczciren. W Tybecie rozwinęły się cztery główne szkoły: gelug, njingma, sakja i kagju.

Nie chcę wchodzić tutaj w szczegóły i wymieniam te wszystkie nazwy tylko po to, żeby dać pojęcie o bogactwie buddyzmu. Kiedy zajmujemy

15 Szczegółowe omówienie kanonu palijskiego, chińskiej *Tripitaki* i pism tybetańskich zob. Sangharakszita, *The Eternal Legacy*, Tharpa, London 1985.

się buddyzmem, zajmujemy się tymi wszystkimi różnymi szkołami i tradycjami, wszystkimi adaptacjami i zastosowaniami podstawowych zasad buddyzmu. Podchodzimy do buddyzmu jako całości, nie zajmujemy się tylko jedną szkołą, ale całą buddyjską tradycją, jaka rozwijała się przez ponad 2500 lat praktycznie w całej Azji.

Na pewno nie traktujemy jednej szczególnej szkoły buddyzmu jakby była tożsama z całą tradycją buddyjską czy jakby była całą buddyjską tradycją. Niestety, czasem tak się dzieje. Aby to zilustrować, wybrałem kilka stwierdzeń z książek o buddyzmie.

We wstępie do pewnej książki znalazłem takie stwierdzenie: „Pisma buddyjskie znajdują się w *Tipitace*". To jest błędne stwierdzenie. Można powiedzieć, że pisma buddyzmu therawady znajdują się w *Tipitace* – to jest jak najbardziej słuszne. Ale jeśli mówi się tylko „pisma buddyjskie", nie bierze się pod uwagę kanonu chińskiego, kanonu tybetańskiego, a także kilku innych pomniejszych kanonów. Zatem utożsamianie kanonu palijskiego z pismami buddyjskimi jako całością jest błędem.

W innej małej broszurce znalazłem takie stwierdzenie: „Buddyzm naucza o zbawieniu poprzez wiarę w Amitabhę"[16]. Można słusznie powiedzieć, że naucza tego szkoła śin buddyzmu japońskiego, ale nie jest słuszne stwierdzenie, że naucza tego buddyzm. To, czego naucza jedna szczególna szkoła, nie można przypisać buddyzmowi jako całości. To znowu jest błąd.

W innej broszurze natknąłem się na stwierdzenie: „Dalajlama jest głową religii buddyjskiej". Dalajlama oczywiście jest głową tybetańskiego odłamu religii buddyjskiej, ale nie całego buddyzmu. Znowu część, buddyzm tybetański, mylona jest z całością, z całą tradycją buddyzmu.

Każde z tych stwierdzeń, rzekomo o buddyzmie, w rzeczywistości jest prawdziwe tylko w odniesieniu do jednej szczególnej gałęzi, szkoły czy linii tradycji buddyzmu. W każdym z tych przypadków część bierze się za całość.

Zatem podejście do buddyzmu nie powinno być sekciarskie, ale ogólne. Powinniśmy zajmować się całą tradycją buddyjską, całą w czasie i całą w przestrzeni, i próbować włączyć, pojąć i zgłębić istotę tej całości.

---

16 Zob. Sangharakszita, *Wprowadzenie do buddyzmu*, tłum. M. Macko, Wydawnictwo A, Kraków 2002.

Powiedziałem, że powinniśmy podchodzić do buddyzmu jako buddyzmu i do buddyzmu jako do całości. Powinniśmy też podchodzić do buddyzmu w sposób zrównoważony.

Natura ludzka posiada wiele aspektów: emocjonalny, intelektualny, introwertyczny, ekstrawertyczny i tak dalej. Aspekty te są reprezentowane w buddyzmie przez pięć duchowych zdolności (wiara, energia, uważność, medytacja i Mądrość). Te pięć zdolności powinniśmy utrzymywać w równowadze. Wiara i mądrość, które odpowiadają sferom emocji i intelektu, powinny być zrównoważone. Medytacja i energia, odpowiadające introwersji i ekstrawersji, powinny być zrównoważone. Uważność, czy świadomość, która jest zdolnością balansującą, utrzymuje je wszystkie w równowadze.

Nie powinniśmy podchodzić do buddyzmu tylko emocjonalnie ani tylko intelektualnie, ani tylko medytacyjnie czy tylko praktycznie, aktywnie; powinniśmy podchodzić do buddyzmu na wszystkie te sposoby. Ludzka natura zawiera w sobie każdy z tych aspektów – czujemy, myślimy, działamy, a czasem siedzimy spokojnie, zatem powinniśmy podchodzić do buddyzmu na wszystkie te sposoby. Innymi słowy, powinniśmy podchodzić całą swoją istotą, całym sobą: nie tylko czuć bez zrozumienia ani tylko rozumieć bez czucia. Powinniśmy patrzeć zarówno do wnętrza, jak i na zewnątrz. Jest czas i miejsce na wszystkie te aspekty. Jeśli to możliwe, próbujmy je stosować przez cały czas. Kiedy wznosimy się coraz wyżej w duchowym rozwoju, dążmy coraz bardziej do tego, żeby myśleć i czuć, działać i nie działać – równocześnie. To wydaje się niemożliwe tylko z powodu ograniczeń naszego obecnego sposobu myślenia. Ostatecznie, kiedy nasze życie duchowe się rozwija, te wszystkie cztery z pozoru sprzeczne zdolności harmonijnie łączą się w jeden duchowy potencjał, niczym w jedną istotę, która ewoluuje. Dopóki nie mamy zrównoważonego podejścia głowy i serca, dopóki nie oddajemy się cali praktyce, dopóty nie jesteśmy autentycznie zaangażowani w buddyzm jako drogę do Oświecenia.

Podsumowując, powinniśmy najpierw podejść do buddyzmu jako buddyzmu, jako drogi do Oświecenia, jako narzędzia wyższej ewolucji, a nie w jakiś inny sposób, bo w przeciwnym razie nie ma szans, że go zrozumiemy czy też uzyskamy doń dostęp. Po drugie, powinniśmy zająć się całym buddyzmem, nie tylko odnosić się do therawady albo tylko

do zen lub śin. Powinniśmy przyjąć i próbować przyswoić sobie to, co najlepsze ze wszystkich tych tradycji. Po trzecie, powinniśmy podejść do buddyzmu nie tylko samą głową czy sercem, ale jednym i drugim – całym sobą.

BUDDA

Pierwsza część Przewodnika po ścieżce buddyjskiej *poświęcona jest Trzem Klejnotom buddyzmu, którymi są: Budda, Dharma i Sangha. Oznaczają one: człowieka, który osiągnął Oświecenie, jego nauki oraz społeczność podążających za nim ludzi – razem uznawane za trzy najwyżej cenione w buddyzmie ideały. Zgłębiając je szczegółowo i z różnych perspektyw, wejdziemy na ścieżkę buddyjską.*

Sangharakszita obiera za punkt wyjścia życie historycznego Buddy – zarówno jego osobowość i cechy charakteru, jak i wydarzenia z jego życia. Ale fakty z biografii Gautamy nie wystarczą, by opowiedzieć całą jego historię. W kolejnych rozdziałach, autor maluje pełniejszy obraz, zagłębiając się w bogactwo archetypowej symboliki, którą obrosło życie Buddy, wkraczając w świat pięciu archetypowych buddów i ich małżonek oraz poddając analizie pięć Mądrości, które symbolizuje każdy z tych buddów. Dopiero wtedy – łącząc zdobytą wiedzę z własną wewnętrznym duchowym poszukiwaniem – możemy przybliżyć się do odpowiedzi na pytanie: kim jest Budda?

KIM JEST BUDDA?

Budda był człowiekiem, ale człowiekiem oświeconym, czyli – według tradycji buddyjskiej – najwyższą istotą we wszechświecie. Stąd fakty z biografii Siddharthy Gautamy, mimo iż poruszające, nie dają pełnej odpowiedzi na pytanie: kim był Budda? Dopiero podejmując samemu praktykę duchową, idąc po Schronienie do Buddy, możemy znaleźć prawdziwą odpowiedź; nie w naukowych tekstach czy biografiach, lecz w nas samych.

Nauka, czy tradycja, którą teraz na Zachodzie nazywamy buddyzmem, zrodziła się z doświadczenia Buddy pod drzewem Bodhi 2500 lat temu. Dlatego buddyzm zaczyna się od Buddy. I od razu nasuwa się pytanie: kim był Budda? Dobrze jest zastanowić się nad tym pytaniem, nawet jeśli ktoś uważa się za buddystę z długim stażem.

Przede wszystkim wyjaśnijmy od razu, że słowo „budda" nie jest nazwą własną, lecz tytułem. Oznacza ono tego, który wie, tego, który rozumie. Znaczy też „przebudzony" – ten, kto niejako przebudził się ze snu życia, ponieważ widzi Prawdę, widzi Rzeczywistość. Taki tytuł po raz pierwszy nadano człowiekowi o imieniu Siddhartha, którego klan, czy ród, nosił nazwisko Gautama. Żył on w VI w. p.n.e. w okolicy leżącej częściowo w południowym Nepalu, a częściowo w północnych Indiach. Na szczęście sporo wiemy o wczesnych latach jego życia. Wiemy, że pochodził z zamożnej, arystokratycznej rodziny. Tradycja przedstawia czasem jego ojca jako króla klanu czy plemienia Śakja. Jednak był nie tyle królem, co wybranym przewodniczącym zgromadzenia klanu, pełniącym tę funkcję przez dwanaście lat i tytułowanym radżą. I to w tym okresie urodził się jego syn, Siddhartha Gautama, późniejszy Budda[17].

---

[17] Istnieją liczne relacje o życiu Buddy. Bardzo przydatną, składającą się głównie z połączonych wyjątków z kanonu palijskiego jest *The Life of the Buddha*, tłum. i układ Bhikkhu Nanamoli, Buddhist Publication Society, Ceylon 1978. Poetycką relacją obejmującą okres aż do Oświecenia Buddy jest *The Buddhacarita or Acts of the Buddha* Aśwaghośy, publ. E.H. Johnston, Oriental Books Reprint Corporation, New Delhi 1972. Nowsze opracowanie: H. Saddhatissa, *The Life of the Buddha*, Mandala Books, Unwin Paperbacks, London 1976. [Por. też Vishvapani Blomfield, *Gautama Buddha*, Quercus Books, London 2011 – przyp. red.]

Siddhartha, jak na ówczesne standardy, otrzymał bardzo dobre wykształcenie. Oczywiście nie chodził do szkoły i nie wiadomo, czy potrafił czytać i pisać, ale na pewno był doskonale wyszkolony we wszelkiego rodzaju sztukach walki i ćwiczeniach fizycznych. Choć od tego czasu przybrały one bardziej buddyjską formę, niektóre z nich nadal cieszą się popularnością na Dalekim Wschodzie i możemy sobie wyobrazić, że przyszły Budda spędzał czas na aktywnościach fizycznych, a nie ślęcząc nad książkami. Mądrzy, starzy ludzie z klanu ustnie przekazali mu także różne dawne tradycje, genealogie, wierzenia i przesądy. W sumie wiódł bardzo wygodne życie bez szczególnych obowiązków. Jego ojciec, rodzic bardzo kochający, a nawet opiekuńczy, ożenił go, gdy był bardzo młody – zgodnie z niektórymi źródłami, gdy miał zaledwie szesnaście lat. (W Indiach wówczas, jak i zwykle dziś, małżeństwo aranżowali rodzice, ponieważ nie było ono tylko sprawą prywatną, ale dotyczyło całej rodziny). Poślubił kuzynkę i po pewnym czasie urodził się mu syn.

Cztery widoki

Można pomyśleć, że wiódł szczęśliwe życie, ale przekazy mówią jasno, że mimo dostatku Siddhartha Gautama czuł się głęboko niezadowolony. H. G. Wells, opisując ten okres życia Buddy, słusznie mówi: „Było to niezadowolenie wspaniałego umysłu, który szuka dla siebie zajęcia”[18]. Legendy przekazywane w pismach buddyjskich mówią o swoistym kryzysie duchowym, punkcie zwrotnym, kiedy młody arystokrata ujrzał to, co zwane jest czterema widokami[19]. Uczeni nie są zgodni, czy dosłownie wyszedł pewnego dnia i natknął się na te cztery sytuacje na ulicach Kapilawastu, czy też była to zewnętrzna projekcja psychologicznych i duchowych doświadczeń. Wygląda na to, że chodzi tu o psychologiczne i duchowe doświadczenia, którym późniejsza tradycja nadała frapującą formę narracyjną słynnej legendy o czterech widokach. Te cztery widoki krystalizują w bardzo sugestywnej formie pewne podstawowe nauki buddyzmu i rzucają światło na wczesny rozwój duchowy Buddy.

---

18 H.G. Wells, *An Outline of History*, Waverley Book Co. Ltd, London 1920, rozdz. XXVI.

19 Zob. Aświaghośa, *The Buddhacarita…*, Canto iii; także *The Mahavastu*, tłum. J.J. Jones, Luzac & Co. Ltd, London 1952, t. II, rozdz. 150.

Legenda głosi, że pewnego pięknego, słonecznego poranka Siddhartha miał ochotę odbyć przejażdżkę na swoim rydwanie. Wezwał zatem woźnicę, smagnął batem konie i wyruszył. Wjechali do miasta i nagle oczom Siddharthy ukazał się pierwszy widok: zobaczył starego człowieka. Według legendy nigdy wcześniej nie widział starego człowieka. Jeśli potraktowalibyśmy tę relację dosłownie, znaczyłoby to, że pozostawał zamknięty w swoim pałacu i nie zwracał większej uwagi na innych ludzi, nie zdawał sobie sprawy z istnienia takiego zjawiska jak starość. Ale można to rozumieć inaczej. Czasem widzimy coś, zdawałoby się, po raz pierwszy. Może wdzieliśmy to już sto, a nawet tysiąc razy, ale któregoś dnia widzimy to tak, jak nigdy przedtem. Prawdopodobnie takie doświadczenie przydarzyło się Siddharcie i wywołało w nim szok. Rzekł do woźnicy: „A któż to jest?". „To stary człowiek" – odparł woźnica. „Dlaczego jest taki słabowity i pochylony?". „Cóż, po prostu jest stary". Siddhartha zapytał: „Ale jak do tego doszło?". „Wszyscy się starzeją, wcześniej czy później. To naturalne. Tak już jest". „Czy ze mną też tak będzie?". Woźnica oczywiście musiał odpowiedzieć: „Tak, choć teraz jesteś młody, z tobą też tak będzie. Pewnego dnia ty też będziesz stary". Słowa woźnicy uderzyły przyszłego Buddę jak grom i wykrzyknął: „Cóż za pożytek z tej młodości, z tej witalności i siły, jeśli wszystko tak się kończy!". I z ciężkim sercem wrócił do swego pięknego pałacu.

Drugi widok był obrazem choroby. Siddhartha zareagował tak, jakby nigdy przedtem nie widział chorego i zrozumiał, że wszyscy ludzie zapadają na różnego rodzaju choroby. Musiał uznać, że chociaż był silny i zdrowy, to w każdej chwili mógł zostać powalony przez chorobę.

Trzeci widok to procesja z ciałem niesionym na noszach na pole kremacyjne. W Indiach to jest codzienny widok. Na Zachodzie, kiedy ktoś umiera, przemyca się go w pudle. Nie widać ani kawałka ciała. Usuwają je jak śmieci, na które nikt nawet nie chce spojrzeć – po prostu wkładają do spalarni albo do dziury w ziemi. Ale w Indiach dzieje się inaczej. Kiedy ktoś umiera, wystawia się publicznie jego ciało w najlepszym pokoju w domu, a wszyscy przyjaciele i krewni przychodzą i swobodnie je oglądają. Później czterech silnych mężczyzn bierze zwłoki z odsłoniętą twarzą na ramiona i niesie przez ulice. Podążają za nimi tłumy ludzi, towarzysząc ciału na miejsce kremacji.

Taką procesję ujrzał Siddhartha i spytał woźnicę: „Co to jest?". Woźnica powiedział: „To ciało zmarłego". „Zmarłego? Co mu się stało?"

– dopytywał Siddhartha. „Cóż, jak widzisz, jest sztywny, nie rusza się. Nie oddycha, nie widzi, nie słyszy. Jest martwy". Siddhartha, z trudem łapiąc oddech, rzekł: „Czy śmierć zdarza się wszystkim?". Woźnica głęboko westchnął i powiedział: „Niestety, tak". Wtedy Siddhartha zrozumiał, że jego też pewnego dnia spotka śmierć. To odkrycie poraziło go jak grom z jasnego nieba. Pojął, jak się rzeczy mają. Nie chcemy się starzeć, ale nic na to nie możemy poradzić. Nie chcemy zachorować, ale na to też nie mamy wpływu. A więc zadajemy sobie pytanie: jak się tu znalazłem? Pragnę żyć, chcę dalej żyć, ale muszę umrzeć. Dlaczego? Jakie jest znaczenie tego wszystkiego? Po co ta zagadka, ta tajemnica? Dlaczego zostałem tak stworzony? Czy to Bóg jest odpowiedzialny? Czy los albo przeznaczenie? Czy też tak się po prostu dzieje? Czy jest w ogóle jakieś wyjaśnienie?

W ten sposób Siddhartha zetknął się z tymi egzystencjalnymi sytuacjami i zaczął się nad nimi głęboko zastanawiać. Wówczas ujrzał czwarty widok. Zobaczył kogoś, kogo w Indiach zwą sadhu, czyli świętym człowiekiem; szedł on ulicą ze swoją miską żebraczą. Wydawał się tak spokojny i cichy, że przyszły Budda pomyślał: „Może on wie. Może to jest droga. Może powinienem zrobić podobnie: zerwać wszystkie więzy, wszystkie związki ze światem i wyruszyć jako bezdomny wędrowiec w żółtej szacie tak, jak zrobił ten człowiek. Może w ten sposób znajdę odpowiedź na dręczące mnie problemy?".

Odejście

Piękna, niemal romantyczna opowieść mówi, jak pewnej nocy, gdy wszędzie panowała cisza, a na niebie księżyc świecił w pełni, Siddhartha pożegnał się ze swoją śpiącą żoną i dzieckiem. Opuszczał ich niechętnie, ale musiał odejść. Przebył tej nocy wiele mil, aż dotarł do rzeki stanowiącej granicę własności Śakjów. Tam zostawił konia, książęce szaty, obciął długie włosy i brodę i stał się bezdomnym wędrowcem poszukującym Prawdy.

To odejście ma ogromne znaczenie psychologiczne. Nie chodzi tylko o zostanie mnichem, chodzi o znacznie więcej. Oznacza, w słowach Ericha Fromma, odcięcie się od klaustrofobicznego przywiązania do krwi, ziemi oraz krewnych, dające wolność jednostce do osiągnięcia wyzwolenia, do spełnienia własnego przeznaczenia duchowego.

Właśnie to zrobił Siddhartha. Zostawił wszystko za sobą. Zdecydował się odejść. Miał dość światowego życia i chciał odkryć Prawdę, samemu do niej dotrzeć. Poszukiwanie miało trwać sześć lat.

W tamtych czasach w Indiach żyło wielu ludzi, którzy uczyli (albo utrzymywali, że uczą) metod prowadzących do poznania Prawdy. Jedną z najbardziej popularnych było umartwianie się, samookaleczanie. Obecnie nie traktuje się takich praktyk poważnie. Z wyjątkiem może pustelników na pustyni egipskiej w II i III w. n.e., na Zachodzie umartwiania się nigdy nie uważano za metodę samorozwoju i z pewnością nie jest elementem naszego codziennego życia. W drodze do pracy nie mijamy człowieka leżącego na łożu z gwoździ. Jednak w Indiach takie praktyki należą do zwyczaju i nawet dziś wielu Hindusów mocno wierzy, że samoumartwianie stanowi drogę do nieba albo nawet do samopoznania i Oświecenia.

Tak działo się również w czasach Buddy. Istniał silny ruch uczący, że jeśli chce się poznać Prawdę, trzeba ujarzmić ból, a nawet go sobie zadawać. I właśnie to robił Siddhartha: przez sześć lat praktykował najcięższą ascezę. Ograniczył jedzenie i sen, nie mył się i chodził nago. Opowiedział o tym na starość i można tę relację znaleźć w pismach buddyjskich. Mówi ona, że sława jego umartwień rozprzestrzeniała się niczym dźwięk wielkiego dzwonu zawieszonego na sklepieniu nieba[20]. Nikt w Indiach nie przewyższył go w samookaleczaniu i umartwianiu się. Ale, jak powiedział Budda, nigdzie go to nie doprowadziło. Stał się sławny jako wielki asceta i miał wielu uczniów. Kiedy zrozumiał jednak, że to nie była droga do Prawdy, droga do Oświecenia, miał odwagę ją porzucić.

Zaczął znowu jeść i uczniowie odsunęli się od niego z odrazą. To też było znaczące. Porzucił już swoją rodzinę, przyjaciół, swoje plemię, a na koniec jeszcze uczniowie go opuścili. Został całkowicie sam, bez niczyjej pomocy. Wędrował z miejsca na miejsce i w końcu, jak wiemy z przekazu, dotarł do pięknego miejsca na brzegu wartko płynącej rzeki. Tam usiadł w cieniu wielkiego drzewa i postanowił, że nie wstanie z tego miejsca, dopóki nie będzie oświecony.

Zachował się piękny i dramatyczny wers, przypisany mu przez autora którejś z wczesnych kompilacji jego nauk: „Ciało może zwiędnąć, krew

20 Zob. *The Middle Length…*, *Mahasihanada-sutta*, t. I, nr 12, Pali Text Society, London 1976.

może wyschnąć, ale dopóki nie osiągnę Oświecenia, nie wstanę z tego miejsca". Siedział więc dzień po dniu, noc po nocy. Siedział, panując na umysłem, oczyszczając go i koncentrując się, usuwając wewnętrzne przeszkody i zanieczyszczenia. W noc Wesaku, majowej pełni księżyca, kiedy wschodziła poranna gwiazda nad horyzontem, właśnie kiedy skupił na niej umysł dostąpił pełnej Iluminacji, pełnego Oświecenia.

Oczywiście, bardzo trudno jest opisać ten stan. Możemy powiedzieć, że jest on pełnią Mądrości. Możemy powiedzieć, że jest pełnią współczucia. Możemy powiedzieć, że jest widzeniem Prawdy wprost. Ale to tylko słowa, które nie przekazują wiele. Powiedzmy więc po prostu, że w momencie, gdy wstało światło, Siddhartha Gautama stał się Buddą.

W pewnym sensie zakończył swoje poszukiwania. Stał się Buddą, „tym, który wie". Rozwiązał zagadkę istnienia. Był oświecony, przebudzony. To był jednakże tylko początek jego misji. Postanowiwszy przekazać ludzkości Prawdę, którą odkrył, opuścił miejsce znane od tamtej pory jako Bodh Gaja i poszedł do odległego o około 150 kilometrów Sarnath, zebrał tam uczniów, którzy go porzucili, kiedy przestał się umartwiać i przekazał im swoje wielkie odkrycie. Według relacji wygłosił dla nich suttę (sanskryt – sutra) zwaną czasem na Zachodzie *Pierwszym kazaniem*[21]. (Nie lubię słowa „kazanie". Dosłownie sutta oznacza nić; i rzeczywiście: jest spójnym wykładem, serią myśli i tematów jakby nawleczonych na nić).

Stopniowo wokół Buddy rosła duchowa społeczność. Nie pozostawał na stałe w jednym miejscu, ale wędrował po całych północno-wschodnich Indiach. Osiągnąwszy Oświecenie w wieku trzydziestu pięciu lat, żył długo, do osiemdziesiątki, a więc czterdzieści pięć lat pracował, żył aktywnie, rozpowszechniając swoją naukę. Zwykle przez dziewięć miesięcy w roku wędrował z miejsca na miejsce, głosząc nauki, a potem przez trzy miesiące chronił się przed ulewnymi deszczami monsunowymi. Kiedy przybywał do wsi w porze swojego jedynego w ciągu dnia posiłku, wyjmował miskę żebraczą i stawał w milczeniu przed drzwiami kolejnych domów. Zebrawszy potrzebną ilość pożywienia, odchodził do zagajnika drzew mangowych, które nawet obecnie rosną na obrzeżach każdej indyjskiej wioski i siadał pod drzewem. Gdy kończył posiłek, wieśniacy gromadzili

---

21 *Some Sayings of the Buddha*, tłum. F.L. Woodward, The Buddhist Society, London 1974, s. 7-9; *Samyutta-Nikaya*, w. 421-3, Pali Text Society, London 1930.

się wokół, a on ich nauczał. Czasem przychodzili bramini, czasem bogaci właściciele ziemscy albo chłopi, kupcy, zamiatacze lub prostytutki. Budda uczył ich wszystkich. Czasami w wielkich miastach wygłaszał nauki dla królów i książąt. W ten sposób pozyskał wielu wyznawców i stał się w swoich czasach największym i najbardziej znanym duchowym nauczycielem w Indiach. Kiedy zmarł, kiedy osiągnął to, co nazywamy parinirwaną, tysiące, a nawet dziesiątki tysięcy jego uczniów, zarówno mnichów, jak ludzi świeckich, mężczyzn i kobiet, opłakiwało jego odejście.

Tak, przynajmniej w ogólnym zarysie, brzmi tradycyjna biografia Siddharthy Gautamy, indyjskiego księcia, który stał się Buddą, oświeconym, przebudzonym, założycielem wielkiej tradycji duchowej nazwanej buddyzmem. Jednak czy daje nam ona odpowiedź na pytanie: kim był Budda? Z pewnością podaje fakty, ale czy taka biografia, choćby nie wiem jak dobrze udokumentowana, naprawdę mówi nam, kim był? Czy dzięki opisowi życia Siddharthy Gautamy naprawdę poznaliśmy Buddę? Co w istocie rozumiemy przez „poznanie Buddy"? Patrząc z ogólnoludzkiego punktu widzenia, możemy znać czyjeś upodobania i uprzedzenia, jego opinie i przekonania, ale czy naprawdę znamy tę osobę? Czasem nawet nasi najbliżsi przyjaciele robią rzeczy, które uważamy za niezgodne z ich charakterem, z wyobrażeniami, jakie mamy na ich temat. To pokazuje, jak mało naprawdę znamy innych ludzi. Często nie potrafimy przeniknąć do najgłębszego źródła ich działania, ich podstawowych motywów. Zwykle im bliżej nas są ludzie, tym mniej tak naprawdę ich znamy. Istnieje takie stare powiedzenie: mądre jest dziecko, które zna własnego ojca. Wniosek z niego płynie taki, że zażyłość czy powierzchowna bliskość stają na przeszkodzie poznania kogoś, skutkiem czego to, kogo znamy i do czego się odnosimy, to nie druga osoba, ale nasze uprzedzenia, projekcje naszych własnych stanów umysłu, nasze subiektywne reakcje na tę osobę. Inaczej mówiąc, na przeszkodzie staje nam nasze własne ego. Aby naprawdę poznać drugiego człowieka, musimy zejść na dużo głębszy poziom komunikacji niż ten, na którym zwykle się porozumiewamy, a który w rzeczywistości nie jest prawdziwą komunikacją.

To samo odnosi się do kwestii poznania Buddy. Pytanie o to, kim był – w jego głębszym sensie – stawiano od pierwszych dni buddyzmu. Samemu Buddzie wkrótce po jego Oświeceniu również zadano pytanie: kim jesteś?

Jestem buddą

Wędrując główną drogą, Budda spotkał człowieka zwanego Doną[22]. Był to bramin biegły w odczytywaniu znaków na ciele. Widząc na odbiciu czyichś stóp znak koła z tysiącem szprych, szedł ich śladem, aż w końcu dotarł do Buddy, który siedział pod drzewem. Ponieważ Budda dopiero co osiągnął Oświecenie, całą jego postać otaczał blask. Wg pism wyglądało to tak, jakby światło promieniowało z jego twarzy – był szczęśliwy, spokojny, radosny. Na Donie jego wygląd zrobił wielkie wrażenie. Czuł, że nie był to zwykły człowiek, a może w ogóle nieczłowiek. Podchodząc bliżej, od razu przeszedł do sedna sprawy, jak to jest w zwyczaju w Indiach, kiedy chodzi o kwestie religijne. Zapytał: „Kim jesteś?".

Hindusi wierzyli, że wszechświat podzielony jest na różne poziomy istnienia, że żyją nie tylko ludzie i zwierzęta, jak my sądzimy, ale również bogowie, duchy, jakszowie, gandharwowie i inne mitologiczne stworzenia zamieszkujące inne poziomy, a plan ludzki stanowi tylko jeden z wielu. Dona zatem zapytał: „Czy jesteś jakszą?" (jaksza to przerażający duch zamieszkujący lasy). Budda powiedział: „Nie". Tylko „nie". Zatem Dona spróbował znów: „Czy jesteś gandharwą?" (to rodzaj niebiańskiego muzyka; pięknie śpiewająca istota podobna do anioła). Budda znowu powiedział: „Nie", zatem Dona spytał: „A więc jesteś może dewą?" (bogiem, istotą boską, kimś w rodzaju archanioła). „Nie". Dona pomyślał: „To dziwne, w takim razie on musi być człowiekiem!". Zapytał go też o to, ale Budda ponownie zaprzeczył. Wówczas Dona już zupełnie zbity z tropu zapytał: „Jeśli nie jesteś żadną z tych istot, to kim jesteś?". Budda odpowiedział: „Zniszczyłem wszystkie uwarunkowania umysłu, z powodu których mógłbym zostać nazwany jakszą lub gandharwą, dewą lub człowiekiem. Dlatego jestem buddą".

Uwarunkowania umysłu określane są słowem „samskara". Są to te uwarunkowane postawy umysłu, akty woli (czy formacje karmy, jak się je czasem nazywa), które według buddyzmu i wierzeń indyjskich determinują naturę naszego odrodzenia. Budda był wolny od nich wszystkich, a więc nie istniała żadna przyczyna, żeby miał odrodzić się jako

22 *Anguttara-Nikaya* II, 37-9, [w:] *Buddhist Texts Through the Ages*, wyd. E. Conze, I.B. Horner, Harper & Row, New York 1954, s. 104-105.

jaksza, gandharwa, bóg czy nawet jako człowiek; i nawet tam i wtedy nie był żadną z tych istot. Osiągnął stan nieuwarunkowanej świadomości, chociaż jego ciało mogło wydawać się ciałem człowieka. Dlatego nazywał siebie buddą, ucieleśniając, uosabiając niejako nieuwarunkowany umysł.

W umyśle ludzkim proces kojarzenia przebiega stopniowo, od znanego do nieznanego, i Dona tak właśnie rozumował. Widząc cudowną postać Buddy, próbował zastosować do niego jedyne określenia, jakimi dysponował: jaksza, gandharwa i tak dalej, ale żadne z nich nie pasowało. Dla nas jest to bardzo istotne, ponieważ próbując zrozumieć, kim był lub jest Budda, my też wciąż błędnie się odwołujemy do dwóch kategorii istot wymienionych przez Donę. Te kategorie to Bóg i człowiek, jedyne, którymi wciąż posługujemy się na Zachodzie. Jedna szkoła myślenia mówi: Budda był bardzo dobrym człowiekiem, nawet świętym, ale tylko człowiekiem i nikim więcej. Taki pogląd na temat Buddy przyjmują, na przykład, niektórzy chrześcijanie piszący o buddyzmie. To podstępne podejście. Chociaż mogą chwalić Buddę za jego cudowną miłość, cudowne współczucie, cudowną Mądrość, to nie zapominają dodać, iż mimo wszystko był tylko człowiekiem, podczas gdy Jezus Chrystus był synem Boga. Druga szkoła twierdzi: Budda jest kimś w rodzaju Boga dla buddystów. Oczywiście był człowiekiem, ale po śmierci wyznawcy ubóstwili go, ponieważ chcieli kogoś czcić.

Oba te poglądy są błędne. Budda był człowiekiem, to fakt, istotą ludzką w tym sensie, że wyszedł z tego samego punktu, co wszyscy ludzie, ale nie był zwykłym człowiekiem, był człowiekiem oświeconym. Zgodnie z tradycją buddyjską taka istota, czyli budda, jest najwyższą istotą we wszechświecie, nawet wyższą niż tak zwani bogowie. W sztuce buddyjskiej bogów przedstawia się w pokornych postawach po obu stronach Buddy, jako oddających mu cześć i słuchających jego nauk.

Na Zachodzie powstało błędne przekonanie, że Budda jest bogiem, czy Bogiem, ponieważ ludzie widzą, że jest czczony: buddyści stawiają kwiaty na ołtarzu, zapalają świeczki, kłaniają się. A jeśli się kogoś czci, to myślimy, że dla oddających cześć to musi być Bóg. Ale to błąd. Nie tylko buddyści, ale ogólnie ludzie na Wschodzie mają całkiem odmienne pojęcie czci. W Indiach słowo „pudża" używa się do oddawania czci Buddzie, okazywania szacunku własnym rodzicom, swoim starszym braciom

i siostrom, nauczycielom, duchowym czy świeckim i każdej starszej czy poważanej osobie. Kiedy więc buddyści stawiają kwiaty przed wizerunkiem Buddy, wyrażają szacunek dla Buddy jako oświeconej istoty, ale nie czczą go jako Boga.

Powróćmy do naszego głównego tematu: poznania Buddy. Widzieliśmy, że „budda" znaczy „nieuwarunkowany umysł" albo „oświecony umysł". Dlatego „znać buddę" znaczy „znać umysł w jego nieuwarunkowanym stanie". Zatem, jeśli na tym etapie jesteśmy pytani, kim jest Budda, możemy odpowiedzieć jedynie: ty sam jesteś buddą – potencjalnie. Naprawdę możemy poznać Buddę tylko w procesie urzeczywistnienia własnego potencjalnego stanu buddy, we własnym duchowym życiu, w swojej medytacji. Tylko wtedy możemy powiedzieć na podstawie własnej wiedzy, kim jest Budda.

Nie da się jednak tego zrobić od razu. Przede wszystkim trzeba nawiązać żywy kontakt z buddyzmem. Wyjść poza opartą jedynie na faktach wiedzę o Buddzie Gautamie dotyczącą jego ziemskich losów. Sięgnąć do czegoś, co wprawdzie jest jeszcze dalekie od poznania nieuwarunkowanego umysłu, od prawdziwego poznania Buddy, ale co znajduje się niejako pomiędzy między tym dwoma stanami[23], a co zwiemy pójściem po Schronienie do Buddy. Nie oznacza ono tylko recytowania *Buddham saranam gaczczhami*, chociaż nie wyklucza takiej recytacji. Oznacza przyjęcie stanu buddy, przyjęcie idei czy ideału Oświecenia, jako żywego ideału duchowego, jako naszego ostatecznego celu i próbę osiągnięcia go za wszelką cenę. Inaczej mówiąc, tylko idąc po Schronienie do Buddy w tradycyjnym sensie, możemy naprawdę dowiedzieć się, kim jest Budda. To jeden z powodów, dla których zawsze przywiązywałem tak wielkie znaczenie do Schronień, nie tylko w Buddzie, ale też w Dharmie i Sandze.

Podsumowując, tylko poprzez przyjęcie Schronienia w Buddzie, ze wszystkim, co się z tym wiąże, możemy znaleźć prawdziwą, płynącą z serca, z umysłu i z całego naszego duchowego życia odpowiedź na pytanie, kim jest Budda.

---

[23] Tzn. między wiedzą o Buddzie opartą jedynie na faktach a urzeczywistnieniem stanu buddy – przyp. red.

ARCHETYPOWA SYMBOLIKA W BIOGRAFII BUDDY

Pod racjonalną, konceptualną powierzchnią naszych umysłów odnajdziemy bezkresną, niezgłębioną otchłań tworzącą nieświadomość. Buddyzm dociera do tej nieracjonalnej, tym niemniej posiadającej wielkie znaczenie, części ludzkiej psychiki, posługując się językiem poezji, mitu i symboli. Poniżej zajmiejmy się niektórymi dramatycznymi epizodami z życia Buddy, należącymi do świata mitu i legendy. Pomimo to, z potęgi symbolicznego i archetypowego znaczenia tych epizodów możemy czerpać i dziś. To dzięki nim możemy, choć w pewnej mierze, wyobrazić sobie wewnętrzne duchowe doświadczenie Buddy i przebudzić swój własny potencjał.

Jeśli zajrzymy pod racjonalną, konceptualną powierzchnię ludzkiego umysłu, to odnajdziemy tam bezkresną, niezgłębioną otchłań tworzącą nieświadomość. Całość psychiki składa się zarówno z tego, co świadome, jak i z tego, co nieświadome. Nieświadoma, nieracjonalna część człowieka stanowi znacznie większą częścią jego natury i posiada o wiele większe znaczenie niż zwykle gotowi jesteśmy uznać. Świadomość przypomina tylko lekką piankę igrającą i musującą na powierzchni, podczas gdy nieświadomość to bezkresna głębia oceanu, ciemna, przepastna i niezbadana. Zatem żeby odwołać się do całej osobowości, nie wystarczy odwołać się tylko do świadomości, do racjonalnej inteligencji unoszącej się na powierzchni. Musimy odwołać się do czegoś głębszego, a to oznacza, że musimy przemówić całkowicie innym językiem niż język pojęć i abstrakcyjnych myśli – musimy mówić językiem obrazów, konkretnych form. Jeśli chcemy dotrzeć do tej nieracjonalnej części psychiki ludzkiej, powinniśmy posłużyć się językiem poezji, mitu i legendy.

Ten drugi, nie mniej ważny język przez wielu współczesnych ludzi został zapomniany albo znany jest nam tylko w paru zniekształconych, niepełnych postaciach. Buddyzm zdecydowanie mówi tym językiem i mówi nim z podobną mocą jak język pojęć. I to przy jego pomocy zbliżymy się do naszego przedmiotu, przechodząc od podejścia konceptualnego do niekonceptualnego, od umysłu świadomego do nieświadomego. Zaczniemy wnikać w ten język, napotykając w nim to, co nazwałem archetypową symboliką w biografii Buddy. Aby dopuścić do tego spotkania, bądźmy chłonni, otwórzmy się na te archetypowe symbole, posłuchajmy ich

i pozwólmy im przemówić do nas, szczególnie do naszej nieświadomej głębi, tak byśmy pojęli je nie tylko intelektem, ale ogarnęli doświadczeniem i przyswoili, wręcz pozwalając, by przekształciły całe nasze życie.

Język buddyzmu

Niektórzy ludzie sądzą, że buddyzm mówi tylko językiem pojęć, rozumu; że jest to system ściśle racjonalny, nawet coś w rodzaju racjonalizmu. Kiedy słyszą słowo buddyzm, oczekują czegoś bardzo suchego i abstrakcyjnego, jakby słyszeli grzechotanie szkieletu! W pewnym sensie takie błędne rozumienie jest zupełnie naturalne na Zachodzie. W końcu 90%, a może nawet 95, naszej wiedzy czerpiemy z książek, czasopism, wykładów itd., a więc chociaż może nie zawsze zdajemy sobie z tego sprawę, nasze podejście opiera się na zrozumieniu intelektualnym, a zatem odwołuje się do naszej inteligencji, do zdolności formułowania pojęć. W ten sposób otrzymujemy bardzo jednostronny obraz buddyzmu. Jednak jeśli udamy się na Wschód, ujrzymy całkiem inną sytuację. Możemy nawet powiedzieć, że na Wschodzie buddyści popadają w drugą skrajność. Mają skłonność do wzruszania się i poddawania wpływowi bóstw i wizerunków, a nie potrafią swobodnie sformułować tego, w co wierzą. Kiedy po raz pierwszy zamieszkałem w Kalimpongu, wysoko w Himalajach, ze zdumieniem odkryłem, że wielu moich przyjaciół z Tybetu, Sikkimu i Butanu – żarliwych, praktykujących buddystów – nigdy nie słyszało o Buddzie! Albo jeśli wymieniano jego imię, sądzili, że to nierealna, odległa postać historyczna. Budda przedstawiany w archetypowych formach i postaciach, takich jak Padmasambhawa, Pięciu Dżinów (buddów) czy Maitreja, był dla nich realny, ale nie fakty i postacie historyczne.

Zachodni buddyzm znacznie więcej uwagi poświęca podejściu konceptualnemu, analitycznemu, intelektualnemu. Musimy to zmienić i poświęcić o wiele więcej czasu i uwagi drugiemu podejściu, próbować oba łączyć, powiązać konceptualne z niekonceptualnym. Inaczej mówiąc, potrzebujemy zrównoważonego życia duchowego, w którym uczestniczy zarówno świadomy, jak i nieświadomy umysł.

Zdefiniujmy teraz nasze najważniejsze pojęcia. Co rozumiemy przez archetypową symbolikę? Co to jest archetyp? Ogólnie ujmując, archetyp to oryginalny wzór czy pierwotny model jakiegoś dzieła, model, na

podstawie którego rzecz jest robiona albo kształtowana. W psychologii Junga (to właśnie on spopularyzował to pojęcie w kontekście współczesnej psychologii) termin ten używa się w bardziej specjalistycznym znaczeniu[24]. Muszę przyznać, że trudno jest mi wyjaśnić dokładne znaczenie, w jakim Jung używał tego słowa. Posługiwał się nim w sposób bardzo płynny i zmienny. Znaczenie nie zawsze pozostaje jasne, a Jung na ogół opierał się na obficie cytowanych przykładach. Niewątpliwie robił to świadomie. Może lepiej jest podążyć w tym względzie za nim i wyjaśnić znaczenie tego terminu, cytując przykłady.

A co rozumiemy przez symbolikę? Symbol definiowany jest jako widzialny znak czegoś niewidzialnego. W znaczeniu filozoficznym i religijnym jednak to coś więcej: to coś istniejącego na niższym poziomie, odpowiadającemu czemuś istniejącemu na wyższym poziomie. Aby przytoczyć prosty przykład, w różnych tradycjach teistycznych słońce jest symbolem Boga, ponieważ pełni ono w fizycznym wszechświecie tę samą funkcję, którą według tych systemów Bóg pełni we wszechświecie duchowym: słońce posyła światło, ciepło, tak jak Bóg posyła światło wiedzy i ciepło miłości do wszechświata duchowego. Można powiedzieć, że słońce jest bogiem w świecie materialnym i w ten sam sposób Bóg jest słońcem świata duchowego. To ta sama zasada przejawiająca się na różnych poziomach w różny sposób. To również stara idea hermetyczna: „Jak w górze, tak na dole"[25].

Dwa rodzaje prawdy

Jak to się ma do biografii Buddy? W czasach współczesnych różni zachodni uczeni próbowali napisać pełną, szczegółową biografię Buddy[26]. Istnieje też dużo tradycyjnego materiału, wiele biografii napisano w starożytnych

---

[24] Wprowadzenie do teorii archetypów zbiorowej nieświadomości Junga, zob. J. Jacobi, *Psychologia C.G. Junga*, tłum. S. Łypacewicz, Wydawnictwo Wodnika, Warszawa 1993; także F. Fordham, *An Introduction to Jung's Psychology*, Penguin, London 1964.

[25] Słynny cytat z *Tablicy Szmaragdowej*, starożytnego dokumentu alchemicznego przypisywanego Hermesowi Trismegistosowi, przedstawiającego „hermetyczną odpowiedniość" między wyższym i niższym poziomem rzeczywistości: „To, co jest na górze, jest takie, jak to, co na dole, a to, co jest na dole, jest takie, jak to, co na górze, aby dokonywać cudów jedności". Więcej informacji na temat Hermesa Trismegistosa i jego dzieła, zob. E.J. Holmyard, *Alchemy*, Penguin, Harmondsworth 1957.

[26] Zob. przypis 25.

Indiach, np. *Mahawastu* (co znaczy „wielka opowieść"). Zasadniczo jest to biografia Buddy, chociaż zawiera wiele innych tekstów, szczególnie dżataki i awadany[27]. To obszerne dzieło (trzy tomy w przekładzie angielskim, w sumie około 1500 stron) zawierające bardzo dawny i interesujący materiał. Istnieją też mahajanistyczne sutry: *Lalitawistara* i *Abhiniszkramana*. *Lalitawistara* to poetyckie dzieło religijne o dużej wartości literackiej. To głównie na niej oparty jest słynny poemat Sir Edwina Arnolda *Światło Azji* (*The Light of Asia*).

Te dzieła napisane zostały w sanskrycie, ale mamy też tekst w pali *Nidana*, wprowadzenie Buddhaghośy do jego komentarza do dżatak. Następnie mamy *Buddhaczaritę* (co znaczy „czyny Buddy") Aświaghośy – piękny epicki poemat w klasycznym sanskrycie.

Do tej pory zachodni uczeni gruntownie badali ten bogaty materiał, a przejrzawszy różne epizody i wydarzenia, podzielili go na dwie wielkie grupy: do jednej zaliczyli to, co uznali za fakty historyczne (że Budda urodził się w pewnej rodzinie, mówił pewnym językiem, opuścił dom w pewnym wieku i tak dalej). Do drugiej zaliczyli to, co uznali za mit i legendę. Taki podział jest w porządku, ale większość z nich idzie o krok dalej i zaczyna pozwalać sobie na wartościowanie, mówiąc, że tylko fakty historyczne (albo to, co uważają za fakty historyczne) są wartościowe i istotne. Jeśli chodzi o mity i legendy, całą poezję tych opowieści, zwykle postrzegają je jako bezwartościową fikcję do pominięcia.

To doprawdy wielki błąd, bo można powiedzieć, że istnieją dwa rodzaje prawdy: tak zwana prawda naukowa, prawda pojęć, rozumowania, a oprócz niej – niektórzy nawet powiedzieliby, że ponad nią – jest to, co możemy nazwać prawdą poetycką albo prawdą wyobraźni, intuicji. Obie są co najmniej równie ważne. Ten drugi rodzaj prawdy manifestuje się,

---

27 Dżataki (dosłownie: należące do, związane z tym, co się stało) i awadany (dosłownie: wspaniałe albo heroiczne czyny) to opowieści ilustrujące działanie prawa karmy, ukazujące, że duchowa pozycja Buddy i jego uczniów była następstwem ich zręcznych działań w poprzednich żywotach. Dżataki poświęcone są głównie poprzednim żywotom Buddy, w których Bodhisattwa praktykował Doskonałości. Zawierają one dużo materiału z indyjskiego folkloru w formie bajek, baśni itd. W kanonicznych dżatakach Budda niezmiennie jest mądrym władcą albo słynnym nauczycielem; w opowieściach niekanonicznych przedstawiany jest także w postaci zwierzęcej. Awadany dotyczą głównie losów uczniów Buddy albo słynnych buddyjskich postaci. Zob. Sangharakszita, *The Eternal Legacy*, Tharpa, London 1985, s. 55-56.

objawia w mitach i legendach, jak również w dziełach sztuki, w symbolicznych rytuałach, a także, w znaczący sposób, w snach. To, co nazywamy archetypową symboliką biografii Buddy, należy do tej drugiej kategorii – nie jest prawdą historyczną ani informacjami o faktach, ale prawdą poetycką, a nawet duchową. Możemy powiedzieć, że ta biografia, czy raczej częściowa biografia Buddy, rozpatrywana w kategoriach archetypowej symboliki nie traktuje o zewnętrznych zdarzeniach z jego życia, ale ma wskazywać na jego wewnętrzne doświadczenia duchowe, rzucić nam na nie światło.

Tę archetypową symbolikę spotykamy często w buddyjskich biografiach, na przykład w życiu Nagardżuny[28], Padmasambhawy[29], Milarepy[30]. We wszystkich tych tak zwanych biografiach znajdziemy wiele zdarzeń, które choć nie opierają się na faktach historycznych, to mają symboliczne, archetypowe znaczenie, wskazujące na doświadczenie wewnętrzne i wewnętrzne urzeczywistnienie. Czasem trudno jest rozróżnić między tymi dwoma kategoriami, ustalić, czy coś należy do porządku historycznego, czy symbolicznego. Bardzo często sama tradycja buddyjska nie czyni

---

28 Nagardżuna, autor *The Precious Garland*, żył w II w. n.e. w Indiach. Przypisuje mu się stworzenie doktrynalnej podstawy mahajany, a w szczególności uważany jest za założyciela szkoły madhjamiki. Legenda głosi, że zszedł w głębie oceanu, żeby od króla nagów otrzymać naukę Doskonałej Mądrości.

29 Padmasambhawa był wielkim nauczycielem indyjskim, który wprowadził buddyzm do Tybetu w VIII w. n.e., podczas krótkiego pobytu. Relacja o jego życiu składa się prawie wyłącznie z cudownych zdarzeń, pośród których niepoślednie miejsce zajmują jego narodziny z wielkiego kwiatu lotosu. Bardzo symboliczna, ale głęboko poruszająca historia jego życia zawarta jest w: Y. Tsogyal, *The Life and Liberation of Padmasambhava*, Dharma Publishing, Emeryville, USA 1978.

30 Milarepa (XI w. n.e.) był mistrzem buddyzmu tybetańskiego; od niego biorą się różne linie tradycji kagju. Zasłynął z ascetyzmu, żywiąc się pokrzywami w jaskini w ośnieżonych górach, ubrany tylko w cienką bawełnianą szatę. Jego pieśni i historie dotyczące okoliczności, w jakich je zaśpiewał, należą do najbardziej ulubionych utworów literatury buddyjskiego Tybetu. Buddyzm tybetański, a szczególnie linia kagju, podkreśla wagę linii przekazu ciągnącej się od ucznia do guru wstecz przez wiele pokoleń, aż do takich wielkich postaci jak Milarepa, a nawet archetypowych buddów jak Wadżradhara. Jednym z najważniejszych uczniów Milarepy był Gampopa. Historię Milarepy można przeczytać w: *The Life of Milarepa*, tłum. Lobsang P. Lhalungpa, Dutton, New York 1977. Jego pieśni zawarte są w: *The Hundred Thousand Songs of Milarepa*, *Shambhala*, tłum. Garma C.C. Chang, Boulder & London 1977, t. I i II. W języku polskim ukazała się m.in. *Opowieść o życiu Milarepy albo Drogowskaz Wyzwolenia i Wszechwiedzy*, tłum. I. Kania, Wydawnictwo A, 2005.

między nimi wyraźnego podziału. Zwykle zdaje się traktować mity i legendy równie dosłownie jak fakty historyczne, jakby w dawnych czasach człowiek prawie nie potrafił, a może nawet nie chciał, rozróżniać w taki sposób. Wszystko było prawdziwe, wszystko było na swój sposób realne. W naszej próbie ustalenia, co należy do faktycznej, historycznej treści biografii Buddy, a co reprezentuje jej treść archetypową i symboliczną, nie ma nic złego, ale powinniśmy uważać, żeby nie umniejszać wartości elementów mitycznych i legendarnych.

Symbolika buddyjska

Podam teraz kilka przykładów archetypowej symboliki w biografii Buddy, opierając się na wzmiankowanych tekstach. Nie trzymam się porządku chronologicznego, bowiem z wyjątkiem jednej szczególnej sekwencji nie wydaje się to mieć szczególnego znaczenia. Zacznę od stosunkowo prostego przykładu znanego w tradycji buddyjskiej jako podwójny cud, czyli jamaka-pratiharja (pali: jamaka-patiharija), którego, zgodnie z przekazami pisanymi, Budda dokonał w miejscu zwanym Śrawasti, a później dokonywał przy wielu innych okazjach. *Mahawastu* podaje, że Budda dokonał go w Kapilawastu. Tekst mówi:

> Wtedy Wzniosły, stojąc w powietrzu na wysokości drzewa palmowego, dokonał rozmaitych cudów podwójnego pojawienia się. Dolna część jego ciała stała w płomieniach, podczas gdy z górnej części tryskało pięćset strumieni zimnej wody. Gdy górna część jego ciała stała w płomieniach, pięćset strumieni zimnej wody tryskało z dolnej części. Następnie Wzniosły za pomocą magicznej mocy przemienił się w byka z trzęsącym garbem. Byk zniknął na wschodzie i pojawił się na zachodzie. Zniknął na północy i pojawił się na południu. Zniknął na południu i pojawił się na północy. W ten sposób ów wielki cud powinien być opisany w szczegółach. Kilka tysięcy koti[31] istot, widząc wielki magiczny cud, poczuło zadowolenie i radość, i tysiące razy wyraziło swój zachwyt, poświadczając ów cud![32]

Nie będę mówić na temat przemiany Buddy w byka. Byk, będąc

[31] Koti – bardzo wielka liczba, w przybliżeniu sto tysięcy, zob. *Pali English Dictionary*, T.W. Rhys Davids & William Stede, Pali Text Society, London 1979.

[32] Zob. *Mahavastu…*, t. III, rozdz. 115.

uniwersalnym symbolem w mitologii i folklorze, zasługuje na osobne studium. Skoncentruję się na samym podwójnym cudzie. Przede wszystkim Budda stoi w powietrzu – w niektórych wersjach przedstawia się go jako przechadzającego się w powietrzu tam i z powrotem. Ta scena oznacza zmianę poziomu i jest bardzo znacząca – wskazuje, że nie dzieje się na poziomie ziemskim czy historycznym. Podwójny cud nie jest cudem w zwykłym znaczeniu, nie jest jakimś magicznym czy nadprzyrodzonym zdarzeniem dokonującym się tu, na ziemi, lecz czymś duchowym, symbolicznym, dziejącym się na wyższej metafizycznej płaszczyźnie istnienia. W sztuce buddyjskiej na przykład obecność kwiatu lotosu ma to samo znaczenie. Jeśli postać Buddy, czy jakaś inna postać, przedstawiona jest jako siedząca na kwiecie lotosu, oznacza to, że scena dzieje się na planie pozaludzkim, transcendentalnym, a lotos symbolizuje zerwanie kontaktu ze światem. Ponieważ nie ma możliwości ukazania Buddy wysoko w powietrzu, w rzeźbach przedstawiających podwójny cud przedstawia się go jako siedzącego na kwiecie lotosu.

Stanąwszy w powietrzu w tym jakby metafizycznym wymiarze, Budda emitował z siebie ogień i wodę jednocześnie: ogień z wyższej części ciała, wodę z niższej i na odwrót. Gdybyśmy interpretowali ten obraz dosłownie czy historycznie, w najlepszym razie byłaby to ledwie magiczna sztuczka. Ale Budda nie uciekał się do kuglarskich sztuczek. Na wyższym poziomie istnienia, o którym teraz mówimy, ogień i woda są uniwersalnymi symbolami. Spotykamy je na całym świecie, wśród wszystkich ras, kultur i religii. Ogień zawsze reprezentuje ducha albo to, co duchowe; woda zawsze reprezentuje materię, to, co materialne. Ogień również reprezentuje to, co niebiańskie, pozytywne, zasadę męską; woda to, co ziemskie, negatywne, zasadę żeńską. Ogień reprezentuje intelekt, woda emocje. Ogień świadomość, woda nieświadomość. Inaczej mówiąc, ogień i woda reprezentują wszelkie kosmiczne przeciwieństwa. Oznaczają pierwiastki zwane w tradycji chińskiej jin i jang.

To, że z Buddy jednocześnie wydobywał się i woda i ogień, symbolizuje połączenie tych wielkich przeciwieństw. Owo połączenie na wszystkich poziomach, a szczególnie na najwyższym poziomie, jest synonimem Oświecenia, a w tantrach[33] zwie się juganaddhą, dwoma

[33] Tantry, to pisma należące do wadżrajany, trzeciej z trzech jan w rozwoju buddyzmu

w jednym[34]. Ta jedność dwóch, przedstawiająca tutaj zjednoczenie, harmonię czy integrację przeciwieństw, ma interesującą paralelę w zachodniej tradycji alchemicznej (którą badał na przykład Jung), gdzie połączenie ognia i wody ma być całym sekretem alchemii – oczywiście nie w znaczeniu wytwarzania złota, lecz w znaczeniu przemiany duchowej. W alchemii czasem to połączenie ognia i wody nazywane jest małżeństwem czerwonego króla z białą królową. Epizod podwójnego cudu mówi nam, że Oświecenie nie było wydarzeniem jednostronnym, fragmentarycznym doświadczeniem, ale związkiem, połączeniem przeciwieństw – ognia i wody – na najwyższym możliwym poziomie.

Przejdźmy teraz do innego przykładu. Według tradycji therawady Budda nauczał swą zmarłą matkę abhidharmy. Robił to w tzw. niebie trzydziestu trzech bogów, wyższym niebiańskim świecie, w którym się odrodziła, po tym jak zmarła siedem dni po jego narodzinach. Kiedy wracał na ziemię, schodził wspaniałymi schodami w otoczeniu różnych bogów, bóstw i aniołów. W tekstach buddyjskich schody te opisane są jako cudowne, wykonane z trojakiej substancji, ze złota, srebra i kryształu[35]. Wyobraźmy sobie tylko te wspaniałe schody sięgające od nieba trzydziestu trzech bogów aż do ziemi!

Schody, lub drabina, między niebem a ziemią należą do uniwersalnych symboli. Czasem łączy je srebrny albo złoty sznur. Na przykład w *Biblii*

---

indyjskiego, patrz *Wprowadzenia do buddyzmu…*, rozdz. 8. Wadżrajana dotarła do Tybetu i tam rozkwitła. Ogólnie biorąc, tantry były ostatnimi buddyjskimi rozprawami na piśmie; od pewnego momentu zaczęły być przekazywane wyłącznie ustnie i prawdopodobnie nawet teraz wiele tantr jest przekazywanych wyłącznie w ten sposób. Należą do bardziej ezoterycznych tekstów buddyjskich, dotyczących raczej praktyki duchowej niż zasad doktrynalnych. Zob. *The Eternal Legacy…*, rozdz. 16; Sangharakszita, *Wprowadzenie do buddyzmu…*; Lama Anagarika Govinda, *The Foundations of Tibetan Mysticism*, Century, London 1987.

34 W buddyzmie tantrycznym termin „juganaddha" (w sanskrycie „jug" oznacza jarzmo) określa połączenie przeciwieństw w doświadczeniu Oświecenia. Oznacza połączenie intensywnej błogości i bardzo jasnego, przenikliwego Wglądu albo nierozłączności Mądrości (pradżnia) i współczucia (karuna) jako dopełniających się aspektów oświeconego umysłu.

35 O nauczaniu przez Buddę abhidharmy mówi jeden z autorów komentarzy kanonu palijskiego, zob. *The Eternal Legacy…*, s. 71. Zejście na ziemię po wspaniałych schodach opisane jest przez czcigodnego P. Bigandeta w *The Life or Legend of Gautama, the Buddha of the Burmese*, Delhi 1971, t. I, s. 225.

pojawia się drabina Jakubowa, która ma to samo znaczenie[36]. Na bardziej popularnym poziomie przykładem jest też hinduska sztuczka ze sznurem, w czasie której magik (albo jogin) rzuca sznur w powietrze; sznur zawiesza się na niebie, a mag wspina się po nim ze swoim uczniem, a potem sieka ucznia na kawałki. Kawałki ciała spadają na ziemię, po czym uczeń jest składany ponownie w całość. Ta koncepcja szczególnie silnie występuje w szamanizmie[37] na całym obszarze Arktyki. Schody łączą przeciwieństwa, wiążą razem niebo i ziemię. W tekstach buddyjskich archetypowe znaczenie epizodu ze schodzącym Buddą wzmocnione jest przez barwne opisy zawierające złoto, srebro i kryształ oraz kolorowe światła, barwne parasole, spadające kwiaty i dźwięki muzyki. Wszystko to przemawia silnie nie do świadomego, lecz do nieświadomego umysłu, do głębi.

Inną ważną wariacją tematu połączenia przeciwieństw jest tzw. drzewo świata czy drzewo kosmiczne. Zgodnie z tradycyjną relacją Budda osiągnął Oświecenie pod drzewem figowym. Z historycznego punktu widzenia nie wiemy naprawdę, czy siedział pod drzewem, czy nie – najstarsze relacje nie wspominają o tym. Możemy naturalnie przyjąć, że tak, ponieważ osiągnął Oświecenie w maju, który w Indiach jest najgorętszym miesiącem w roku, a więc jest prawie pewne, że siedział pod drzewem, choćby po to, by w jego cieniu schronić się przed upałem. Ale nie wiemy tego na pewno. Wydaje się, że stopniowo, w miarę jak w biografiach przybywało elementów legendarnych i mitycznych, Oświecenie Buddy zaczęto coraz bardziej kojarzyć z siedzeniem pod drzewem. Korzenie drzewa sięgają daleko w głąb ziemi, a jednocześnie jego gałęzie wznoszą się wysoko w niebo. Zatem drzewo łączy niebo i ziemię, jest też symbolem połączenia czy harmonii przeciwieństw.

Drzewo świata występuje w większości mitologii. Na przykład mamy *norse yggdrasil*, czyli tzw. jesion świata – korzenie głęboko w dole, gałęzie wysoko w niebach, jakby wszystkie światy były zawieszone na gałęziach. Także krzyż chrześcijański często utożsamiany jest z drzewem świata czy drzewem kosmicznym. Widziałem przedstawienie ukrzyżowania, gdzie gałęzie wyrastały z boków krzyża, a korzenie wchodziły głęboko w ziemię.

36 *Księga Rodzaju*, rozdz. 28.

37 Szamanizm to prymitywna religia uraloałtajskich ludów Syberii, w której zakłada się, że wszystko, co dobre i złe w życiu powodowane jest przez duchy, na które wpływ może mieć tylko szaman, czarownik-kapłan – przyp. red.

Krzyż również, podobnie jak drzewo świata, wiąże niebo i ziemię kosmicznie w ten sam sposób, jak Chrystus łączy ludzką i boską naturę psychologicznie.

Blisko związany z ideą drabiny, schodów albo drzewa jest obraz centralnego punktu. We wszystkich tradycyjnych, legendarnych relacjach o Oświeceniu Budda przedstawiany jest jako siedzący na tak zwanej wadżrasanie, czyli dosłownie diamentowym siedzisku albo diamentowym tronie[38]. Diament, wadżra, dordże, w tradycji buddyjskiej zawsze reprezentuje element transcendentalny, metafizyczną podstawę[39]. Według tradycji wadżrasana to centrum wszechświata. Można porównać ten obraz z analogiczną tradycją chrześcijańską, która mówi, że krzyż stał na tym samym miejscu, co drzewo poznania dobrego i złego, z którego Adam i Ewa zjedli jabłko, i że to miejsce reprezentuje dokładne centrum świata. Ta centralizacja w kosmosie wadżrasany sugeruje, że Oświecenie polega na przyjęciu scentralizowanej pozycji. Ten metafizyczny albo transcendentalny centralny punkt będący samym Oświeceniem, jest równoznaczny z połączeniem przeciwieństw, o którym mówiliśmy.

Moglibyśmy kontynuować tak niemal bez końca: pisma i tradycyjne biografie pełne są materiału, który, niestety, nie został dotąd w ten sposób zbadany[40].

---

38 Zob. *Wprowadzenie do buddyzmu…*

39 Wadżra (sanskryt) dosłownie znaczy „diament" albo „piorun". W mitologii indyjskiej wadżra reprezentuje błyskawicę i jest dzierżona przez Indrę, króla bogów; podobna jest do pioruna trzymanego przez Zeusa, króla bogów w mitologii greckiej. Wadżra przypomina diament w tym, że może przeciąć wszystko, ale sama jest niezniszczalna. W tantrycznej fazie buddyzmu zwanej wadżrajaną, wadżra stała się symbolem natury Rzeczywistości, śunjaty. Praktyka poprzedzania terminów, imion, miejsc itd. przedrostkiem wadżra (jak np. w wadżraczarja, wadżraczitta) oznacza świadomą próbę rozpoznania transcendentalnego aspektu wszystkich zjawisk. Wadżra jest też powszechnie używana w rytuałach tantry, a różne postacie z ikonografii tantrycznej – z których dwie najbardziej znane to Wadżrapani i Wadżrasattwa – przedstawiane są jako władające wadżrą lub dzierżące wadżrę.
Dalsze informacje na temat symboliki wadżry zob. Vessantara, *The Vajra and Bell*, Windhorse, Birmingham 2001; Sangharakshita, *The Symbolism of the Sacred Thunderbolt or Diamond Sceptre of the Lamas'*, http://freebuddhistaudio.com/audio/details?num=105.; tenże, *Creative Symbols of Tantric Buddhism*, Windhorse, Birmingham 2002.

40 Sangharakszita, *The Three Jewels*, Windhorse, Glasgow 1991, rozdz. IV.

Oświecenie Buddy

Teraz zajmiemy się nie pojedynczymi archetypowymi symbolami, ale ich całą sekwencją. Jest ona związana z najważniejszym zdarzeniem w życiu Buddy – z osiągnięciem Oświecenia. Owe symbole reprezentują pewne wydarzenia zwykle uważane za historyczne albo częściowo historyczne, chociaż ich rzeczywiste znaczenie jest o wiele głębsze.

Pierwsze z tych wydarzeń tradycyjnie zwane jest zwycięstwem nad Marą[41], Złym, buddyjskim szatanem. Budda czy bodhisattwa (pali: bodhisatta)[42] – przyszły Budda – siedział w medytacji pod drzewem (zajmujemy się niektórymi późniejszymi legendarnymi relacjami), gdy zaatakowany został przez przerażające hordy demonów, wszelkiego rodzaju wstrętne, szpetne, zniekształcone postacie, prowadzone przez Marę. Te hordy i ich atak przedstawia się żywo w buddyjskiej sztuce i poezji. Były to stworzenia po części ludzkie, po części zwierzęce, odrażająco zdeformowane, warczące, łypiące złym okiem, o gniewnym wyrazie twarzy; niektóre z nich podnosiły wielkie maczugi, inne wymachiwały mieczami, wszystkie wyglądały bardzo groźnie, naprawdę przerażająco. Jednak

---

41 Zwycięstwo Buddy nad Marą wzmiankowane jest w kilku tekstach, np. w *Ariyapariyesana-sutta*, *The Middle Lenght Sayings…*, i. 167; *The Book of the Kindred Sayings (Samyutta-Nikaya)*, tłum T.W. Rhys Davids, Pali Text Society, London 1979, cz. I, rozdz. 4; *The Buddhacarita or Acts of the Buddha*, E.H. Johnston, Munshiram Manoharlal, New Delhi 1972, pieśń xiii; *The Voice of the Buddha; the Beauty of Compassion (Lalita-vistara)*, tłum. G. Bays, Dharma Publishing, Oakland 1983, t. II, rozdz. 21.

42 Bodhisatta (sanskryt: bodhisattwa) dosłownie znaczy „istota Oświecenia". Termin „bodhisatta" używany jest w dżatakach (zob. przyp. 35) w odniesieniu do Buddy w jego poprzednich żywotach. Termin „bodhisattwa" występuje we wszystkich trzech janach, czyli tradycjach buddyjskich. Termin ma znaczenia zarówno konotacyjne, jak i denotacyjne. Oznacza istotę (sattwa) całkowicie ukierunkowaną na Oświecenie (Bodhi), z konotacją, że to Oświecenie jest dla dobra wszystkich istot. Ta konotacja podkreślana była szczególnie w mahajanie, która czasem określana jest jako bodhisattwa-jana, zwłaszcza w odróżnieniu od hinajany i jej ideału arahanta, który, przynajmniej według mahajany, poszukiwał Oświecenia tylko dla siebie. To podkreślenie altruistycznego i współczującego aspektu stanu buddy przez mahajanę pozornie rozwinęło się w odpowiedzi na redukcjonizm szkół hinajany, w szczególności jej dosłowną interpretację, formalizm etyczny i skłonność do czysto konceptualnego podejścia do praktyki duchowej.

kamienie, strzały i płomienie, gdy dosięgały skraju świetlistej aury Buddy, nie raniły go, a zamieniały się w kwiaty i opadały u jego stóp.

Scena ta nie wymaga wyjaśnień, wystarczy się w nią wczuć. Buddy nie dotknął ani nie poruszył ten straszliwy atak. Jego oczy pozostawały zamknięte, trwał w medytacji z niezmiennym uśmiechem na ustach. A więc Mara wysłał przeciw niemu swoje trzy piękne córki o imionach Pożądanie, Namiętność i Rozkosz. Tańczyły przed Buddą, pokazując wszystkie swoje sztuczki, ale Budda nawet nie otworzył oczu. Odeszły skonsternowane.

Wszystko to symbolizuje siły nieświadomości w prymitywnej, niewysublimowanej formie. Demony, okropne zniekształcone postacie, reprezentują złość, odrazę, niechęć. Jeśli chodzi o córki Mary, symbolizują one różne aspekty pożądania i pragnienia. Sam Mara wyobraża pierwotną niewiedzę czy nieświadomość, z powodu której wciąż się odradzamy. Nawiasem mówiąc, imię Mara dosłownie znaczy „śmierć".

Drugie zdarzenie znane jest jako wezwanie bogini Ziemi na świadka[43]. Po tym, jak Mara został pokonany, a jego zastępy powróciły rozgromione, spróbował innej sztuczki. Powiedział do przyszłego Buddy: „Siedzisz w centralnym punkcie wszechświata, na tronie dawnych buddów. Jakie masz prawo ty, zwyczajny człowieku, siedzieć na tym diamentowym tronie, na którym siedzieli poprzedni buddowie?". A Budda odpowiedział: „W poprzednich żywotach praktykowałem wszystkie paramity, wszystkie doskonałości, czyli doskonałość dawania, doskonałość moralności, doskonałość cierpliwości, doskonałość energii, doskonałość medytacji, doskonałość Mądrości[44]. Praktykowałem je wszystkie; w mojej ewolucji duchowej osiągnąłem punkt, w którym jestem teraz gotowy, w którym mam właśnie osiągnąć Oświecenie. Dlatego zasługuję na to, by siedzieć na tym diamentowym tronie tak, jak poprzedni buddowie, kiedy osiągnęli Oświecenie".

Mara nie był zadowolony. Powiedział: „Dobrze. Mówisz, że w poprzednich żywotach praktykowałeś te wszystkie doskonałości, ale kto

---

43 Zob. *The Voice of the Buddha…*, s. 481-2.

44 W hinajanie doskonałości to reguły moralne, które Budda praktykował i doprowadził do doskonałości w ciągu tysięcy żywotów jako bodhisattwa; są one podstawowym elementem jego przygotowań do stanu buddy. W mahajanie praktyka sześciu albo dziesięciu doskonałości jest głównym z czterech sposobów postępowania, których bodhisattwa musi przestrzegać w swoim życiu duchowym.

cię widział? Kto jest twoim świadkiem?". Mara przybrał pozę prawnika, chciał świadka, dowodów. Na to przyszły Budda, siedząc na diamentowym tronie w pozycji medytacyjnej, z rękami na podołku, stuknął palcami o ziemię (to jest słynna bhumisparśa mudra[45], mudra czy pozycja dotykania ziemi albo brania ziemi na świadka) i powstała bogini Ziemi trzymająca w rękach wazę. Zaświadczyła, mówiąc: „Byłam tu cały czas. Ludzie mogą przychodzić i odchodzić, ale ziemia zawsze pozostaje. Widziałam jego wszystkie poprzednie żywoty. Widziałam setki tysięcy żywotów, w których praktykował doskonałości. Zaświadczam więc, że ze względu na praktykę tych doskonałości zasługuje on na to, by siedzieć na miejscu dawnych buddów".

Tę scenę również często przedstawia się w sztuce buddyjskiej: czasem bogini Ziemi ukazywana jest w kolorze ciemnozielonym, czasem w pięknym złocistobrązowym, zawsze w połowie wyłoniona z ziemi, bardzo podobna do postaci matki Erda w *Pierścieniu* Wagnera (Erda oznacza ziemię; Erda i bogini Ziemi są tym samym, co Hertha w słynnym poemacie Swinburne'a o tym tytule). Znaczenie bogini Ziemi jest odrębnym tematem i istnieje cała literatura temu poświęcona. Zasadniczo reprezentuje ona te same siły, jakie reprezentują córki Mary. Ale podczas gdy one reprezentują ich prymitywne, negatywne, niewysublimowane aspekty, bogini Ziemi poświadczając, reprezentuje je w aspekcie oswojonym, poskromionym, nawet wysublimowanym, gotowa pomagać, a nie przeszkadzać.

Trzecie zdarzenie znane jest jako prośba Brahmy[46]. Po osiągnięciu Oświecenia, Budda chciał zachować milczenie. Rozmyślał: „Ta Prawda, ta Rzeczywistość, którą odkryłem, jest czymś tak odległym, tak wysublimowanym, tak trudno ją dostrzec, że zwykli ludzie z oczami pokrytymi pyłem ignorancji i namiętności nie zobaczą jej, nie docenią. Zatem lepiej zachować milczenie, pozostać pod drzewem Bodhi z zamkniętymi

---

45 Słowo mudra (sanskryt) dosłownie znaczy „gest" albo „pieczęć". Mudra to symboliczny gest rąk wykonywany w czasie rytuału albo przedstawiany ikonograficznie na wizerunkach buddów, bodhisattwów i innych wybitnych postaci buddyjskich. Mudra jest wyrazem wewnętrznego urzeczywistnienia i doświadczenia (poprzez gest rąk, aż po czubki palców) sięgającego najbardziej odległych części ciała, tak jak soki, wznosząc się w górę pnia drzewa, rozchodzą się przez wszystkie gałęzie i w końcu przenikają aż do najmniejszej gałązki.

46 *The Book of the Discipline (Vinaya-Pitaka)*, tłum. I. B. Homer, Pali Text Society, London 1982, t. IV, I, 5.

oczami niż wychodzić w świat i nauczać". Ale wtedy pojawiła się inna wielka zjawa. Zalśniło wielkie światło, a pośród niego pojawiła się starożytna postać Brahmy Sahampati, wielkiego boga, pana tysiąca światów. Stojąc ze złożonymi dłońmi, powiedział: „Proszę, nauczaj, nauczaj Prawdy – jest kilku takich, którzy mają tylko odrobinę pyłu na oczach. Oni to docenią, podążą za tobą". Budda otworzył swoje boskie oko i rozejrzał się po wszechświecie. Ujrzał wszystkie istoty niczym lotosy w stawie, na różnych etapach rozwoju. I powiedział: „Dla dobra tych z odrobiną pyłu na oczach, tych, co są jak lotosy w połowie wystające z wody, będę nauczał Dharmy".

Nie powinniśmy oczywiście rozumieć tego zdarzenia dosłownie, w sensie historycznym – Budda był Oświecony, nie trzeba go było prosić, żeby nauczał. Prośba Brahmy wyobraża manifestację sił współczucia w umyśle Buddy, które w końcu zmusiły go, żeby przekazał Prawdę, którą odkrył, aby nauczać ludzkość.

Czwarty i ostatni epizod to epizod Muczalindy[47]. Przez siedem tygodni Budda siedział pod drzewem Bodhi i innymi pobliskimi drzewami. W połowie siódmego tygodnia zerwała się wielka burza. Budda osiągnął Oświecenie w maju, więc siódmy tydzień wypadał w połowie lipca na początku pory deszczowej. W Indiach, kiedy zaczyna się pora deszczowa, w ciągu kilku chwil całe niebo zaciemnia się i deszcz leje, nie jak z cebra, ale jak ze zbiornika. Budda siedział pod gołym niebem, pod drzewem, w cienkiej szacie, niewiele mógł więc poradzić. Ale z podszycia, z cienia, podniosła się kolejna postać: wielki wąż, król Muczalinda, król węży. Owinął się wokół Buddy, a swój kaptur trzymał nad jego głową jak parasol i w ten sposób ochronił go przed ulewą.

Epizod ten często jest przedstawiany w buddyjskiej sztuce, czasem niemal komicznie: widać coś jakby zwój sznura z wystającą głową Buddy, a nad nią kaptur wyglądający jak parasol. Gdy deszcz ustał, burzowe chmury rozproszyły się i król węży przybrał inną formę: pięknego, szesnastoletniego młodzieńca, który złożył hołd Buddzie.

Niestety, niektórzy uczeni próbują interpretować ten epizod dosłownie, próbują wycisnąć z niego jakieś realne znaczenie, mówiąc: „Dobrze wiadomo, że na Wschodzie węże czasem zachowują się bardzo

---

47 Tamże, I, 3.

przyjaźnie wobec świętych ludzi, siadają obok nich i to właśnie musiało się wydarzyć". Ale nie możemy zaakceptować tego pseudohistorycznego wyjaśnienia. Jesteśmy na innym planie, na zupełnie innym poziomie znaczeń. Jak widzieliśmy, na całym świecie woda, morze czy ocean reprezentują nieświadomość. A w mitologii indyjskiej – hinduistycznej, buddyjskiej i dżinijskiej – nagowie, czyli węże albo smoki, żyją w głębinach oceanu. Zatem nagowie reprezentują siły w głębi nieświadomości w ich najbardziej pozytywnym i dobroczynnym aspekcie, a Muczalinda jest ich królem.

(Padający deszcz, ulewa po siedmiu tygodniach, reprezentują chrzest, pokropienie. Na całym świecie wylewanie na kogoś lub na coś wody symbolizuje nadanie rangi tej osobie lub temu przedmiotowi przy pomocy wszystkich sił nieświadomego umysłu. Jak w chrześcijaństwie występuje chrzest wodą i chrzest ogniem, inwestytura przy pomocy sił nieświadomego umysłu i przy pomocy sił ducha).

Deszcz, jak widzieliśmy, spadł pod koniec siódmego tygodnia i Muczalinda owinął się siedem razy wokół siedzącego Buddy. To powtórzenie liczby siedem nie było przypadkowe. Muczalinda reprezentuje zatem również to, co tantry zwą czandali, siłą ognistą, ognistym, a co hinduiści nazywają kundalini, zwiniętym, siłą wężową, a co symbolizuje wszystkie potężne energie psychiczne wznoszące się wewnątrz człowieka, szczególnie podczas medytacji, poprzez nerw środkowy. Siedem zwojów lub zwinięcie się siedem razy wokół Buddy reprezentuje siedem ośrodków psychicznych[48], przez które wznosi się kundalini. Przyjęcie przez Muczalindę formy pięknego, szesnastoletniego młodzieńca wyraża nową osobowość, która rodzi się w rezultacie tego wznoszenia się czandali czy kundalini. Muczalinda w nowej formie oddaje cześć Buddzie: reprezentuje to całkowite poddanie się wszystkich sił nieświadomości oświeconemu umysłowi.

Jasno wynika zatem, że te cztery wydarzenia mają głębokie psychologiczne i duchowe znaczenie. Nie są tylko pseudohistorią ani bajką

[48] Położenie, nazwy i znaczenie ośrodków psychicznych, zob. diagramy i tekst w *Foundations of Tibetan…*, s. 138-146. Tradycyjnie buddyzm nie jest zainteresowany pobudzaniem niższych ośrodków, lecz trzema ośrodkami wyższymi, poprzez które, w trakcie medytacji i innych praktyk duchowych, sublimowane i przemieniane są siły czterech dolnych ośrodków.

– chociaż nawet bajki mają znaczenie – lecz nasycone są głęboką symboliką i archetypowym znaczeniem.

Cztery podstawowe archetypy

Idąc nieco dalej w naszych rozważaniach, możemy powiedzieć, że cztery główne postacie, którymi się zajmowaliśmy, tworzą bardzo określony zespół: Mara – Zły, Wasundhara – bogini Ziemi, Brahma i Muczalinda – w tej kolejności (a kolejność, w jakiej się ukazują, jest bardzo interesująca). Teraz wykażę zachodzącą tu analogię i choć niektórzy mogą uznać, że jest śmiała, sądzę, że ma wielkie znaczenie i brzmi bardzo przekonująco. Wydaje mi się, że te cztery postacie stanowią analogię do czterech podstawowych archetypów wskazanych przez Junga i że ich pojawienie się w tej kolejności wyobraża wprowadzenie tych treści do świadomego umysłu; inaczej mówiąc, ich pojawienie reprezentuje na wyższym poziomie to, co Jung nazywa procesem indywiduacji[49]. Mara odpowiada temu, co Jung nazywa cieniem, naszą ciemniejszą stroną, której się wstydzimy, którą zwykle usiłujemy ukrywać. Bogini Ziemi reprezentuje animę (Budda, będąc mężczyzną, ma animę – w przypadku kobiety byłby to animus). Brahma reprezentuje archetyp starego mędrca. W sztuce buddyjskiej widzimy go z siwymi włosami i brodą, przypomina figurę Boga Ojca. A Muczalinda jest archetypem młodego bohatera.

Istnieje też podobieństwo z podstawowymi postaciami mitologii chrześcijańskiej: Mara odpowiada szatanowi, bogini Ziemi – Marii Pannie, Brahma – Bogowi, a Muczalinda – Chrystusowi. Nie sądzę, żeby to było naciągane porównanie. Jeśli zadamy sobie trud i wnikniemy w te symbole, dostrzeżemy analogię. W buddyzmie tantrycznym występuje podobna grupa postaci: strażnik (albo obrońca), dakini, guru i jidam[50].

---

[49] Zob. przypis 27.

[50] Więcej o dakiniach zob. przypis 59 i 154. Tutaj, razem z guru i jidamem, dakini jest jednym z trzech ezoterycznych schronień, które w wadźrajanie odpowiadają trzem egzoterycznym Schronieniom: Buddzie, Dharmie i Sandze. Guru, nauczyciel duchowy, jest ucieleśnieniem stanu buddy. Jidam, dosłownie „związany przysięgą", (odpowiada to indyjskiemu *ista dewata* czyli wybranemu bóstwu), to postać buddy czy bodhisattwy, który jest obiektem medytacji i tym samym reprezentuje Dharmę w rzeczywistym doświadczeniu. Dakini, odpowiadająca Sandze, jest towarzyszką duchową,

Chociaż wykazałem te analogie, istnieje wielka, zasadnicza różnica między buddyjskim a chrześcijańskim podejściem do archetypów występujących w tych tradycjach. W buddyzmie zawsze jasno, a nawet kategorycznie stwierdza się, że wszystkie te zjawiska, wszystkie te formy archetypowe są ostatecznie wytworami naszego prawdziwego umysłu, projekcjami naszej nieświadomości i wszystkie muszą być zintegrowane. W chrześcijaństwie natomiast archetypy uważane są za obiektywnie istniejące istoty. Nie można naprawdę rozwiązać archetypu, czyli włączyć go jako reprezentującego nieświadome treści do naszego świadomego umysłu, naszych świadomych postaw albo naszego nowego „ja", dopóki nie zrozumiemy, że, ostatecznie, nie istnieje on obiektywnie, ale projektujemy go z głębi, z ukrytego źródła w sobie.

Z powodu tego ograniczenia w tradycji chrześcijańskiej – może z wyjątkiem kilku heretyckich mistyków – nie ma pełnego rozwiązania postaci archetypowej, podczas gdy w buddyzmie, dzięki głębszemu metafizycznemu i duchowemu kontekstowi, takie rozwiązanie jest możliwe. W buddyzmie wszystkie archetypy mogą zostać rozwiązane, z powrotem wciągnięte w naszą świadomą postawę, przyswojone i zintegrowane, w ten sposób wzbogacając, udoskonalając i upiększając nas samych. Inaczej mówiąc, proces indywiduacji może być doprowadzony do całkowitego końca – do Oświecenia.

Dotknęliśmy tylko kilku archetypowych symboli pojawiających się w biografii Buddy. Mógłbym wspomnieć jeszcze o wielu innych, na przykład o misce żebraczej Buddy. Istnieje na jej temat wiele legend, niektóre naprawdę bardzo interesujące. Możemy bez przesady powiedzieć, że w buddyjskiej legendzie i historii zajmuje ona pozycję analogiczną do świętego Graala w chrześcijaństwie i ma prawie identyczne znaczenie.

Archetypy wydają się interesujące nie tylko ze względów historycznych czy literackich, ale też z powodu ich bliskości: każdy z nich obecny jest w każdym z nas albo my wszyscy jesteśmy w nich obecni. Podzielamy je, są nam wszystkim wspólne, albo one podzielają nas, jesteśmy im wszystkim wspólni. W naszym życiu duchowym, szczególnie kiedy praktykujemy medytację, archetypy pojawiają się w różny sposób w świadomości.

---

zwykle, chociaż niekoniecznie, w znaczeniu postaci symbolicznej, która inspiruje praktykującego do dalszego rozwoju.

Czasem ukazują się jako przebłysk w snach, w medytacji albo w fantazjach na jawie. Wszyscy spotykamy na przykład cień. To ciemna, przykra strona nas samych, która pojawia się w snach, przykładowo jako czarny, warczący pies, chwytający zębami nasze nogi; chcemy go odegnać, ale nie możemy. Albo jako ciemny człowiek. Musimy stanąć twarzą w twarz z cieniem, dojść z nim do porozumienia, a nawet przyswoić tę ciemniejszą stronę nas, tak jak Budda stawił czoła Marze, zwyciężając go i jego zastępy. Stłumienie, na przykład w wypadku napotkania Mary, nie jest rozwiązaniem. Cień, czy treść, jaką cień reprezentuje, musi być napełniona świadomością i rozwiązana. Budda nie zaczął sam wypuszczać płomieni, by przeciwstawić się płomieniom miotanym przez hordy Mary, ale gdy płomienie dotykały jego aury, przekształcały się w kwiaty, przemieniały. My też musimy zrobić coś takiego z naszym własnym cieniem – po prostu zobaczyć go, rozpoznać, zaakceptować, a potem przekształcić i przemienić w to, co tradycja tantryczna nazywa strażnikiem albo obrońcą.

Musimy również przywołać boginię Ziemi – co w języku psychoanalizy oznacza zmierzenie się z animą i uwolnienie od niej (w przypadku mężczyzny) – czyli przywołać i włączyć w swoją świadomą postawę własną nieświadomą kobiecość, tak jak kobieta musi przywołać i włączyć swoją własną, nieświadomą męskość. Jeśli tego dokonamy, problem projekcji na płeć przeciwną nieświadomych, niezrealizowanych treści rozwiąże się, jak i rozwiąże się problem płci, jak to się czasem nazywa. To bardzo ważny aspekt życia duchowego.

Następnie wszyscy musimy się uczyć od mądrego starca. Czasem trzeba dosłownie usiąść u stóp nauczyciela, a przynajmniej mieć jakiś idealny obraz, któremu winni jesteśmy lojalność. Następnie, może po wielu latach, włączymy w siebie jakości, które reprezentuje ta postać – mądrość, wiedzę i tak dalej.

I w końcu, każdy z nas musi urodzić w sobie młodego bohatera, inaczej mówiąc, stworzyć zarodek nowego siebie, nowej istoty, albo – używając tradycyjnego języka buddyjskiego – urodzić w sobie buddę.

Jeśli zmierzymy się z naszym cieniem, przywołamy naszą animę lub animusa, pobierzemy naukę od naszego mądrego starca i urodzimy w sobie młodego bohatera, urzeczywistnimy, zreasumujemy w sobie, w naszym własnym życiu, na wszystkich poziomach, we wszystkich aspektach, archetypowe symbole, które pojawiają się w biografii Buddy.

SYMBOLIKA PIĘCIU BUDDÓW, „MĘSKIE" I „ŻEŃSKIE"

Mandala Pięciu Buddów to jeden z najważniejszych, najpiękniejszych i najbardziej znaczących wzorców w całej palecie symboli buddyzmu mahajany i wadżrajany. Przedstawia różne aspekty doświadczenia Oświecenia, rozmaite aspekty świadomości buddy. Mandala jest bogata w symbolikę: każdy z pięciu buddów ma łagodną i gniewną, jak i męską i żeńską formę, a każda z nich ucieleśnia pełną doskonałość jakiejś cechy buddy.

Na początek powróćmy do spraw podstawowych, do idei stanu buddy. Przede wszystkim musimy zrozumieć – i jest to bardzo ważne – że budda jest istotą ludzką. Ale budda, jak wiemy, jest człowiekiem szczególnym, najwyższego rodzaju. Jest kimś, kto w swoim duchowym rozwoju tak dalece przekracza zwykły bieg ludzkiego życia, że w pewnym sensie nie jest już człowiekiem. Budda jest istotą ludzką, która osiągnęła Bodhi lub precyzyjniej Samjaksambodhi. Bodhi znaczy „wiedza" albo „zrozumienie", a nawet „przebudzenie". Samjaksambodhi znaczy „najwyższa wiedza" albo „doskonałe zrozumienie". Bodhi jednak, to coś o wiele większego niż wiedza, a nawet o wiele większego niż wiedza transcendentalna. Mówiąc ogólnie, Bodhi – to, co buddę czyni buddą – ma trzy podstawowe aspekty. Dla wygody możemy określić je jako poznawczy, wolicjonalny i emocjonalny.

Poznawczy aspekt Bodhi

Z tego punktu widzenia Bodhi jest stanem Wglądu, Mądrości, świadomości. Ale Wglądu w co? Przede wszystkim jest to Wgląd w siebie. Inaczej mówiąc, oznacza on głębokie, jasne wejrzenie w siebie i zobaczenie, jak na różnych poziomach swojego istnienia uwarunkowuje nas, rządzi nami umysł reaktywny[51] (reagujemy mechanicznie, automatycznie, powodowani dawnymi psychologicznymi uwarunkowaniami, których bardzo często jesteśmy nieświadomi). Oznacza też uświadomienie, do jakiego stopnia jesteśmy zdominowani, nawet wbrew własnej woli (często bez własnej wiedzy), przez negatywne emocje. Następnie jest Wgląd w innych. Oznacza on poszerzenie własnej wizji i zobaczenie, że inni również

[51] W odróżnieniu od umysłu kreatywnego. Zob. s. 80.

są uwarunkowani, dokładnie tak, jak my. Następnie, sięgając jeszcze dalej, Wgląd polega na ogarnięciu wszystkich zjawisk, całej natury wszechświata na jego wszystkich poziomach i na zobaczeniu, że to też jest uwarunkowane, na widzeniu, że to też jest przemijające, podległe wiecznej zmianie, frustrujące i nierzeczywiste.

Wgląd nie jest tylko Wglądem w uniwersalne uwarunkowanie. Jest przeniknięciem na wskroś przez uwarunkowane i odkryciem Nieuwarunkowanego. Jest widzeniem wiecznego w głębi przemijającego, rzeczywistego w głębi nierzeczywistego, a nawet widzeniem obydwu jako jednego: jako różnych aspektów jednej, ostatecznej, absolutnej Rzeczywistości.

Wolicjonalny aspekt Bodhi

Bodhi nie jest tylko stanem wiedzy. Jest też stanem nieskrępowanej wolności, wyzwolenia, zarówno subiektywnego, jak i obiektywnego. Subiektywnie jest stanem wolności od wszelkich etycznych i duchowych zanieczyszczeń czy splamień. Inaczej mówiąc, polega on na wolności od np. pięciu trucizn umysłu[52], wolności od wszelkich negatywnych emocji, wolności od całego procesu reaktywnego umysłu. Obiektywnie – na wolności od konsekwencji zanieczyszczenia. Inaczej mówiąc, polega na wolności od karmy[53] i od odradzania się, wolności od obrotów koła życia[54]. Ujmując to bardziej pozytywnie, można powiedzieć, że ta wolność, aspekt Bodhi dotyczący naszej woli, jest stanem nieprzerwanej kreatywności, szczególnie kreatywności duchowej i spontaniczności.

Emocjonalny aspekt Bodhi

Bodhi to także stan pozytywnych emocji. Albo może powinniśmy powiedzieć – emocji duchowych. On też może zostać opisany jako zarówno

---

[52] Pięć trucizn mentalnych to pożądanie, nienawiść, rozproszenie, zarozumiałość i niewiedza. Czasem dodaje się zazdrość.

[53] Szczegółowe informacje na temat karmy (pali: kamma), zob. Lama Anagarika Govinda, *The Psychological Attitude of Early Buddhist Philosophy*, Rider, London 1961; Sangharakszita, *The Three Jewels…*, rozdz. 10 i 12; Sangharakszita, *Kim jest Budda?*, tłum. H. Smagacz, Wydawnictwo A, Kraków 2004.

[54] Koło życia to ważny symbol w buddyzmie tantrycznym, zob. s. 81 i n.; A. Kennedy (Dharmachari Subhuti), *The Buddhist Vision*, Rider, London 1985.

subiektywny, jak i obiektywny. Subiektywnie jest stanem czy doświadczeniem najwyższej radości, błogości, ekstazy. Obiektywnie, przejawiony, jest stanem nieograniczonej miłości i współczucia dla wszystkich żyjących istot.

Trzy ciała buddy

A zatem budda jest człowiekiem, który osiągnąwszy stan Samjaksambodhi, stał się żywym uosobieniem Wglądu, wolności, szczęścia i miłości. Na początku tradycji buddyjskiej był tylko jeden Budda, człowiek, historyczny Śakjamuni. Nawet za życia Buddy czyniono duchowo ważne rozróżnienie – sam Budda je czynił – między oświeconą historyczną osobą z jednej strony a abstrakcyjną zasadą Oświecenia z drugiej; między Buddą a stanem buddy. To rozróżnienie znalazło wyraz w niektórych terminach technicznych. Oświecona, historyczna osoba zwana była rupakają, czyli ciałem formy (rupa to forma, kaja to ciało albo osoba). Zasada Oświecenia niezależna od osoby, która ją urzeczywistnia, zwana była dharmakają, ciałem Prawdy albo ciałem Rzeczywistości. Mimo tego rozróżnienia, nie należy sądzić, że to czyni jakąś różnicę: zarówno ciało formy, jak i ciało Prawdy są ciałami buddy.

Za życia Buddy nie podkreślano tego rozróżnienia zbyt mocno, ponieważ budda i stan buddy, rupakaja i dharmakaja, były w nim zjednoczone. Ale po parinirwanie to rozróżnienie stało się wyraźniejsze. Gdy ciało formy było martwe i odeszło, historyczny Budda istniał tylko w formie relikwii w stupach[55], podczas gdy ciało Dharmy było wiecznie obecne. Możemy sobie wyobrazić wczesną mahajanę (która pierwsza szczegółowo omówiła różnicę między tymi dwoma ciałami) myślącą pionowo i widzącą ciało formy „w dole", w przeszłości, a ciało Dharmy „u góry", poza czasem, przekraczające czas. W ten sposób mahajana ustaliłą pionowy związek między oświeconą osobą, a zasadą Oświecenia.

Późna mahajana kontynuowała myślenie pionowe, ale w tym myśleniu pionowym, czy pionowym doświadczeniu, nastąpiła zmiana. Pomiędzy tymi dwoma ciałami pojawiła się trzecia kaja, czyli ciało. Ostatecznie nazwano je sambhogakają, co dosłownie znaczy „ciało wzajemnego

---

55 Zob. Sangharakszita, *The Drama of the Cosmic Enlightenment*, Windhorse, Glasgow 1993, s. 143-167.

zachwytu" albo „ciało wzajemnej radości". Termin ten, chociaż ma własne głębokie znaczenie, w tym kontekście nie jest zbyt pomocny i można go lepiej, bardziej „objaśniająco" przełożyć jako „idealny budda" albo nawet „archetypowy budda". Ten idealny budda nie jest bezosobową, abstrakcyjną zasadą, jak dharmakaja; jest zdecydowanie osobą, ale jednocześnie nie człowiekiem, nie historyczną osobą. Można by powiedzieć, że jest idealną, nawet archetypowa osobą, poniżej poziomu absolutu, ale ponad i poza historią.

A zatem na tym etapie rozwoju istniały trzy kaje, trzy ciała ułożone pionowo. Z góry do dołu mamy ciało Dharmy, potem ciało wzajemnego zachwytu i w końcu ciało stworzone, czyli nirmanakaję, gdyż na tym etapie termin rupakaja stosowany był wspólnie do idealnego buddy i historycznego Buddy. Rozwinęła się zatem słynna doktryna trikai, doktryna trzech ciał buddy, bardzo ważna dla mahajany i wadżrajany. Obecnie jednak interesuje nas tylko fakt, że ten podział stał się podstawą dalszego rozwoju zarówno mahajany, jak i wadżrajany.

Mandala Pięciu Buddów

Następnie stało się coś dość dramatycznego. Człowiek, historyczny Budda, nirmanakaja, odszedł w przeszłość, niemal znikł z pola widzenia (w krajach mahajany i wadżrajany historyczny Budda Śakjamuni zajmuje stosunkowo mało ważne miejsce), a stan buddy, dharmakaja, cofnął się na dalszy plan (ostatecznie dharmakaja jest dość abstrakcyjna, by nie powiedzieć mglista i trudna do uchwycenia). Pozostał, zajmując niejako środek sceny, idealny, archetypowy budda. (To jest budda mahajany, jak na przykład w *Sutrze białego lotosu*[56], gdzie ten idealny budda nazywany jest Śakjamunim, ale wyraźnie nie jest już Buddą człowiekiem; jest raczej archetypowym buddą nieskończonego światła i wiecznego życia).

Mahajana nie poprzestała na tym. Nastąpiły kolejne zmiany. Dotąd mahajana myślała pionowo. Teraz zaczęła myśleć poziomo. Po obu stronach idealnego buddy pojawił się dodatkowy budda. Po jego prawej

[56] *Scripture of the Lotus Blossom of the Fine Dharma (The Lotus Sutra)*, tłum. z chińskiego L. Hurvitz, New York 1976; lub *The Threefold Lotus Sutra*, tłum. B. Kato, Weatherhill––Kosei, New York–Tokyo 1978 [polskie tłumaczenie na stronie www.mahajana.net – przyp. tłum.].

stronie pojawił się Amitabha, Budda Nieskończonego Światła, a po lewej Akszobhja, Niewzruszony. Ci dwaj buddowie ucieleśniają – w formie kolejnych idealnych postaci buddy – dwa podstawowe aspekty stanu buddy. Klucz do zrozumienia tego, czym są te dwa aspekty, stanowią symbole dwóch nowych buddów. Symbolem Amitabhy jest kwiat lotosu, a symbolem Akszobhi jest wadżra. Kwiat lotosu jest miękki, kruchy, delikatny; wadżra jest twarda, mocna, potężna. Kwiat lotosu jest pasywny i wrażliwy; wadżra aktywna i dynamiczna. A więc ujmując to, być może nieco zbyt intelektualnie, Amitabha jest ucieleśnieniem aspektu miłości idealnego buddy, aspektu miłości Oświecenia, natomiast Akszobhja jest ucieleśnieniem aspektu transcendentalnej Mądrości. (Istnieją odmiany tego podstawowego wzoru. Na przykład, po obu stronach buddy może być dwóch bodhisattwów. Budda wyobraża buddę idealnego, bodhisattwowie jego dwa podstawowe aspekty: miłość i Mądrość).

Teraz przejdźmy do zmian zachodzących w wadżrajanie, czyli tantrze. Tantra myślała zarówno pionowo, jak i poziomo. W rezultacie pojawiło się dwóch kolejnych buddów. Jeden ponad idealnym buddą, drugi poniżej. Chwilowo tego górnego możemy nazwać buddą działania, a dolnego buddą piękna. A więc mamy teraz pięciu buddów: jeden w centrum, jeden po prawej stronie, jeden po lewej, jeden u góry i jeden u dołu. Tych pięciu buddów tworzy Mandalę Pięciu Buddów.

Powiedziałem, że tantra myślała zarówno poziomo, jak i pionowo, ale muszę się poprawić: to tylko dwa kierunki, a tantra myślała trójwymiarowo. Wyobraźmy sobie pięciu buddów zajmujących różne kierunki na tym samym planie poziomym: jeden w centrum, jeden na północy, jeden na południu, jeden na wschodzie i jeden na zachodzie. Następnie wyobraźmy sobie centralną pionową oś biegnącą przez środek tego planu, z ciałem Dharmy u szczytu i ciałem stworzonym na dole. W ten sposób idealny budda znajduje się pionowo w jednej linii z ciałem Dharmy i ciałem stworzonym, a także jest ułożony poziomo na jedej płaszczyźnie z dwoma innymi parami idealnych buddów. W wizji tantry idealny budda znajduje się zatem w centrum całej trójwymiarowej sieci.

Teraz przedstawię osobno symbolikę każdego z pięciu buddów, rozpoczynając od Wairoczany, buddy centrum, a następnie poruszając się wokół Mandali zgodnie z ruchem wskazówek zegara. Kiedy będę opisywał buddów, możemy spróbować ich zwizualizować. W większości pozostawię opis

bez tłumaczenia, pozwalając, by te kreatywne symbole oddziaływały na nas bezpośrednio. Symbole są przecież ze swej natury kreatywne, tzn. zdolne do wywierania bezpośredniego wrażenia bez potrzeby podawania ich konceptualnej analizie, która zresztą i tak odpowiada im tylko w przybliżeniu.

Wairoczana

Siedzi ze skrzyżowanymi nogami. Nosi mnisie szaty, ale bogato haftowane, ponieważ znajduje się na planie archetypowym. Włosy ma czarne, kręcone i krótko przystrzyżone, długie małżowiny uszne. Czasem na czubku głowy przedstawia się niewielką wypukłość, a między brwiami lśniącą białą kępkę włosów.

Wairoczana jest jaskrawo biały, jak czyste białe światło. W tantrze biel jest kolorem absolutu i pozycji centralnej. (Badania nad niektórymi symbolami tantry pokazują, że kolor biały przybierają inni buddowie i bodhisattwowie, gdy dosłownie lub metaforycznie zbliżają się do centrum mandali; swój właściwy kolor odsuwają na bok. Dobrymi przykładami tego zjawiska są dwaj bodhisattwowie, Awalokiteśwara i Tara. Awalokiteśwara w zasadzie jest bodhisattwą i jego prawdziwym kolorem jest czerwień, ale z biegiem czasu, szczególnie w Tybecie, nabierał coraz większego znaczenia, aż w końcu stał się kimś w rodzaju buddy. Wielu ludzi go czciło i medytowało nad nim, pomijając wszystkich innych buddów i bodhisattwów. W ich duchowym życiu znajdował się on w centrum Mandali. Żeby to zasygnalizować, jego kolor zmienił się z czerwonego na biały. Taka sama przemiana zaszła w przypadku Tary, której prawdziwym kolorem była zieleń. Jej pozycja jako bodhisattwy szczególnej rodziny buddy została zapomniana. Dla swych wyznawców stała się wszystkim. Kiedy nabierała coraz większego znaczenia, kiedy stała się formą buddy, przybrała kolor biały, kolor pozycji centralnej i absolutu).

Imię Wairoczana dosłownie znaczy „oświecający", „ten, który roztacza światło i promieniuje". Początkowo – od czasów wedyjskich – to imię było epitetem słońca. W Japonii, gdzie szerzył się kult Wairoczany, jest on powszechnie znany jako Budda Słońce, jako słońce duchowego wszechświata. Wairoczana ma swój własny symbol, koło, a w szczególności złote koło o ośmiu szprychach, koło Dharmy. Czasem w sztuce tantrycznej przedstawiany jest jak trzyma to koło w rękach przed piersiami.

Mudrą Wairoczany jest mudra dharmaczakry, symbolizująca pierwsze obwieszczenie Prawdy przez historycznego Buddę w Parku Jeleni w Sarnath. We wczesnej sztuce buddyjskiej Buddę ukazywano w tej mudrze jako nauczającego po raz pierwszy w Parku Jeleni.

Wairoczana ma też swoje zwierzę, lwa, który również kojarzony jest z obwieszczeniem Prawdy. W pismach buddyjskich wypowiedź Buddy czasem określana jest jako singha-nada, jego „ryk lwa" (singha to lew, nada to głos lub ryk). Lew ryczy w dżungli nocą, nie bojąc się innych zwierząt. Inne zwierzęta boją się wydać głos, żeby nie zaatakowały ich wrogowie. Lew ryczy, według mitu i legendy, żeby obwieścić swoje panowanie nad całą dżunglą. Zatem nieustraszone obwieszczenie Prawdy przez Buddę, obwieszczenie swego zwierzchnictwa nad całym duchowym wszechświatem, porównywane jest do ryku lwa.

Wairoczana jest głową rodziny tathagaty, czyli buddy. To bardzo znaczące, bowiem sugeruje, że Wairoczana jest buddą, a pozostali buddowie są tylko jego aspektami. Jednym z najważniejszych członków tej rodziny jest Mańdźuśri, bodhisattwa transcendentalnej Mądrości.

Akszobhja

Zajmuje wschodnią część Mandali i jest ciemnoniebieskiego koloru – koloru nieba o północy w tropikach. Jego imię znaczy „nieporuszony", „niezachwiany", „niewzruszony", a jego symbolem jest wadżra. Mudra Akszobhi to bhumisparśa, mudra dotknięcia ziemi.

Jego zwierzęciem jest słoń, największe i najsilniejsze ze wszystkich zwierząt. Zgodnie z tradycją słoń jest także najmądrzejszym zwierzęciem. Akszobhja jest głową rodziny wadżry, która obejmuje bodhisattwę albo Buddę Wadżrasattwę i wiele gniewnych bóstw (buddowie, bodhisattwowie, strażnicy o gniewnych formach), takich jak Śamwara, Heruka, Hewadżra i Bhairawa. W rodzinie wadżry jest więcej gniewnych bóstw niż w rodzinach innych buddów. Może tak być z powodu skojarzeń wadżry z potęgą.

Ratnasambhawa

Zajmuje południową część Mandali. Jego imię oznacza „zrodzony z klejnotu" albo „tworzący klejnoty", a jego symbolem oczywiście jest klejnot.

Jego mudrą jest mudra warada, czyli mudra najwyższego daru, daru Trzech Klejnotów. Zwierzęciem Ratnasambhawy jest koń, który kojarzy się z opuszczeniem przez historycznego Buddę domu nocą, na koniu. W buddyzmie koń ucieleśnia szybkość i energię, szczególnie energię w formie prany, czyli oddechu życia. W sztuce buddyzmu tybetańskiego często spotykamy figurę konia galopującego w powietrzu, niosącego na grzbiecie Trzy Klejnoty. Ta figura sugeruje, że tylko poprzez koncentrację i właściwe ukierunkowanie wszystkich naszych energii możemy osiągnąć Oświecenie. Ratnasambhawa jest głową rodziny klejnotu, która obejmuje bodhisattwę Ratnapaniego oraz Dżambhalę, tak zwanego boga bogactwa, oraz Wasundharę, boginię Ziemi.

Amitabha

Zajmuje zachodnią część Mandali. Ma czerwony kolor. Jego imię znaczy „nieskończone światło". Jego symbolem jest kwiat lotosu, który oznacza duchowe odrodzenie i duchowy rozwój.

Amitabha aż do dziś zajmuje szczególnie ważne miejsce w buddyzmie japońskim, przede wszystkim w szkole dżodo śin, która nie czci żadnego innego buddy ani bodhisattwy. Szkoła dżodo śin zaleca wzywanie imienia Amitabhy nie po to, żeby osiągnąć Oświecenie, ale jako wyraz wdzięczności za dar Oświecenia już otrzymany. Wyznawca szkoły dżodo śin dąży do odrodzenia się po śmierci w Sukhawati, Krainie Szczęśliwości, w tzw. czystej krainie[57] Amitabhy, znajdującej się w zachodniej części wszechświata. Pragnie się tam odrodzić, ponieważ uważa się, że panują tam znacznie korzystniejsze warunki do osiągnięcia Oświecenia niż na ziemi: nie trzeba się tam martwić o jedzenie ani o picie, które pojawiają

---

57 Czysta kraina jest sferą wielkiego piękna i radości, w której wszystko sprzyja duchowemu rozwojowi. Wyobraża ją sobie bodhisattwa, gdy ślubuje, że kiedy osiągnie najwyższe Oświecenie, stworzy wokół siebie krainę i że wszyscy ci, którzy będą zanosić do niego prośby, tam się odrodzą. Najbardziej znaną czystą krainą jest Sukhawati, czysta kraina Buddy Amitabhy. Jego kraina opisana jest w sutrach *Sukhawati-wjuha* (przegląd tej literatury, zob. Sangharakszita, *The Eternal Legacy…*, rozdz. 11); obszerny i reprezentatywny wyciąg z jednej z sutr *Sukhawati-wjuha* zawarty jest w *Buddhist Scriptures*, wyd. E. Conze, Penguin, Harmondsworth 1959, s. 232 i n. Wyjaśnienie teorii czystej krainy, zob. Sangharakshita, *The Inconceivable Emancipation*, Windhorse, Birmingham 1995, s. 25-42.

się automatycznie; nie trzeba się martwić o ubranie; klimat jest wspaniały; cały czas słyszy się nauczającego Buddę Amitabhę – duchowy rozwój jest zatem zapewniony.

Mudrą Amitabhy jest mudra medytacji, w której jedna dłoń spoczywa na drugiej, wnętrzami do góry. Amitabha kojarzy się z zachodem i z zachodzącym słońcem, ze zniknięciem światła, tak jak w medytacji umysł, wycofując się z kontaktu z materią, wchodzi w rodzaj ciemności – wyższy stan świadomości, stan, który dla niższego umysłu jest jakby nieświadomością.

Zwierzęciem, a raczej ptakiem Amitabhy jest paw, najwspanialszy z ptaków. Dlaczego ma to być paw, nie wiadomo do końca i przedstawiano już różne wyjaśnienia. Z powodu oczu na ogonie pawia kojarzony jest on czasem ze świadomością, ale to nie wydaje się tutaj zbyt trafne. Może chodzi o to, że paw żywi się wężami, również jadowitymi, co sugeruje odporność na truciznę, na zanieczyszczenie. Piór pawia używa się często w rytuałach tantrycznych. Układa się je jak kwiaty w wazie zawierającej poświęconą wodę.

Amitabha jest głową rodziny lotosu, obejmującej wiele znanych postaci duchowych. Najważniejszą z nich jest Awalokiteśwara, bodhisattwa współczucia. Są także Kurukulla, Padmanarteśwara i Padmasambhawa.

Amoghasiddhi

Zajmuje północną część Mandali. Ma kolor zielony. Jego imię znaczy „niezawodny sukces" albo „wolne od przeszkód spełnienie". Jego symbolem jest podwójna wadżra (dwie skrzyżowane wadżry). To bardzo potężny i tajemniczy symbol (między innymi związany ze szczególnym aspektem jedności przeciwieństw). Jego mudrą jest mudra nieustraszoności, jednej z cnót heroicznych, bardzo podkreślanej we wszystkich formach buddyzmu, może najbardziej w tantrze[58]. Jego zwierzęciem, czy stworzeniem, jest garuda, ptak-człowiek, baśniowe hybrydowe stworzenie, będące od

58 Wszystkie duchowe tradycje buddyzmu przywiązują dużą wagę do tego, co można określić jako cechy heroiczne, czyli do odwagi, samodzielności, energii, inicjatywy itd. Na Zachodzie na ogół myślimy o życiu duchowym głównie w kategoriach rozwijania bardziej pasywnych, tzw. kobiecych cnót: miłości, współczucia, cierpliwości, sympatii, tolerancji, łagodności. Lecz heroiczne cnoty są nie mniej ważne, a może nawet ważniejsze.

pasa w górę człowiekiem (kobietą lub mężczyzną), z nogami i skrzydłami ptaka. Amoghasiddhi jest głową rodziny karmy, działania. Działanie symbolizowane jest przez miecz. Najbardziej znanym członkiem tej rodziny jest zielona Tara.

Buddowie „męscy" i „żeńscy"

W ezoterycznej tantrze następowały dalsze zmiany pięciorakiego modelu buddy. Widzieliśmy, że wczesna mahajana, myśląc pionowo, umieszczała idealne ciało, ciało wzajemnego zachwytu, między ciałem Dharmy u góry i ciałem stworzonym u dołu. Widzieliśmy, że późna mahajana, myśląc poziomo, widziała po obu stronach idealnego ciała jeszcze dwie idealne postacie buddy, z których jedna ucieleśniała aspekt oświeconej miłości, a druga – aspekt Mądrości. Widzieliśmy, że tantra, kontynuując myślenie poziome, ale w kontekście własnej, trójwymiarowej wizji, umieściła kolejną parę idealnych postaci buddy na północy i południu „buddę działania" i „buddę piękna". Wszyscy buddowie na każdym etapie rozwoju wyobrażani byli w męskiej formie. Pierwotny, historyczny Budda był oczywiście oświeconym człowiekiem płci męskiej. Pomimo tego, ezoteryczna tantra, podejmując radykalny nowy krok, wyobrażała sobie teraz idealnego buddę jako podzielonego na dwie postacie, męską i żeńską, splecione w seksualnym zjednoczeniu.

W tym miejscu musimy uważać, żeby nie zrozumieć tego błędnie. Na tym poziomie nie chodzi o seks, ale o symbolikę seksualną, a to coś całkiem innego. „Męskie" i „żeńskie" postacie buddy symbolizują dwa podstawowe aspekty Oświecenia: miłość i Mądrość. Tantra próbuje wyrazić nierozdzielność dwojga w jednym, miłości i Mądrości, karuny i pradżni. Mówi się, że owo dwa w jednym miłości i Mądrości jest istotą stanu buddy. Musimy pamiętać, że tantra nie miała szczególnych obiekcji do seksu i dlatego nie przeciwstawiała się przekazywaniu swych treści w kategoriach seksualnych. Były one równie właściwe, jak wszelkie inne kategorie. Jednak ich treść nie była seksualna.

W Tybecie i na obszarach objętych jego kulturowym wpływem „męskie" i „żeńskie" postacie buddy w zjednoczeniu seksualnym znane są jako jab-jum: jab znaczy „ojciec", a jum –„matka" – postacie te są jakby archetypowym ojcem-matką. W klasztorach i świątyniach Tybetu znajduje

się wiele pięknych malowideł na zwojach i wizerunków przedstawiających postacie buddy w seksualnym zjednoczeniu. Dla Tybetańczyków nie ma w tym żadnej seksualnej czy erotycznej sugestii. Kiedy obserwuje się buddystów tybetańskich chodzących po ich świątyniach, widać, że kiedy stykają się z tymi figurami, dalecy od typowych reakcji ludzi Zachodu, wydają się odczuwać więcej szacunku i oddania niż kiedykolwiek indziej. Pod pewnymi względami figury te uważane są za szczególnie święte, jako że ich symbolika odnosi się do najwyższego poziomu doświadczenia duchowego, poziomu Oświecenia, poziomu, na którym miłość i Mądrość ostatecznie się zjednoczyły. Dla Tybetańczyków te figury są symbolicznym wyrazem głębokiej prawdy duchowej, prawdy nierozdzielności dwojga w jednym, miłości i Mądrości. Tybetańczycy postrzegają je w ten właśnie sposób.

Wielka szkoda, że na Zachodzie postacie w jab-jum są często brane za przykłady erotycznej, a nawet pornograficznej sztuki Wschodu. To tylko dowodzi, że na Zachodzie niewiele osób pozbawionych jest kompleksów na tle seksualnym, w znacznej mierze z powodu naszego judeochrześcijańskiego dziedzictwa.

Nawiasem mówiąc, można by sądzić, że „męskie" postacie buddy reprezentowały aspekt oświeconej Mądrości a „żeńskie" postacie buddy – aspekt miłości. Tak nie jest. W buddyjskiej tantrze „żeński" budda ucieleśnia aspekt Mądrości, a „męski" budda ucieleśnia aspekt miłości i współczucia, który jest również aspektem działania, co jest kolejnym dowodem na to, że ta symbolika nie ma nic wspólnego ze zwykłymi różnicami płciowymi. Czasem te dwie postacie symbolizowane są przez wadżrę i lotos albo wadżrę i dzwonek.

To jeszcze nie koniec tych przemian. Nie tylko idealny, archetypowy budda dzieli się na dwie postacie – „męską" i „żeńską" złączone seksualnie – ale podobnie dzielą się pozostali czterej buddowie. A więc mamy tutaj już nie pięciu buddów, ale dziesięciu: pięciu „męskich" i pięciu „żeńskich". „Żeńscy" buddowie uważani są za duchowe małżonki „męskich" buddów. Opowiem nieco o tych pięciu „żeńskich" buddach.

Akaśadhatiśwari

Akaśadhatiśwari to małżonka Wairoczany, białego buddy centrum. Jej imię znaczy „monarchini sfery nieskończonej przestrzeni". Pamiętamy,

że sam Wairoczana to słońce, Budda Słońce, słońce całego duchowego kosmosu. Promieniuje światłem i ciepłem we wszystkich kierunkach, światłem Mądrości i ciepłem miłości. Akaśadhatiświari, monarchini sfery nieskończonej przestrzeni, reprezentuje nieskończoną przestrzeń, poprzez którą płyną promienie światła Wairoczany. Reprezentuje nieograniczoną otwartość duchową. Reprezentuje cały świat zjawisk całkowicie przeniknięty wpływem czy emanacją absolutu. W terminologii tekstu *Przebudzenia wiary* reprezentuje również całą przejawioną egzystencję jako całkowicie przesyconą aromatem absolutu. Jak Wairoczana, Akaśadhatiświari jest biała. Przedstawia się ją w formie dakini[59], tzn. w luźno powiewających szatach, z długimi włosami w nieładzie.

Loczana

Jest małżonką Akszobhi, ciemnoniebieskiego buddy wschodu. Jej imię znaczy „obdarzona jasną wizją" albo dosłownie „posiadająca oko". W języku tybetańskim jej imię tłumaczy się jako „Pani posiadająca oko buddy". Ucieleśnienia ona i reprezentuje czystą, prostą, bezpośrednią świadomość rzeczy. Jej małżonek, Akszobhja, jest związany szczególnie z Mądrością transcendentalną i jako jedyny budda pojawia się w sutrach transcendentalnej Mądrości, szczególnie w *Sutrze w 8000 wersów*[60]. A zatem związek między Loczaną a Akszobhją sugeruje, że nie ma Mądrości bez świado-

[59] Słowo „dakini" wywodzi się z sanskryckiego rdzenia oznaczającego kierunek, przestrzeń, niebo. Męską formą tego słowa jest daka. Przełożona na tybetański jako *khandroma*, tłumaczona jest zwykle jako „chodząca po niebie" lub „chodząca w przestrzeni". Pusta przestrzeń reprezentuje nieobecność przeszkód, swobodę poruszania się. Dakini to istota ciesząca się taką wolnością. Niebo reprezentuje też umysł w jego nieograniczonym aspekcie, dlatego dakini symbolizuje to, co porusza się swobodnie w umyśle, energie samego umysłu. W tym znaczeniu dakinie symbolizują potężne energie podnoszące się z głębi umysłu. W buddyzmie tantrycznym istnieją trzy rodzaje dakiń: a) dakini jako żeńska forma buddy, b) dakini jako ucieleśnienie wznoszących się energii duchowych, c) dakini jako towarzyszka duchowa. Trzeci rodzaj reprezentuje ezoteryczną, tantryczną formę trzeciego z trzech Schronień, czyli Sanghę, społeczność duchową. Zob. Sangharakszita, wykład *The Symbolism of the Cremation Ground and the Celestial Maidens* (1972), http://freebuddhistaudio.com/audio/details?num=107 lub Sangharakshita, *Creative Symbols of Tantric Buddhism*, Windhorse, Birmingham.

[60] *The Perfection of Wisdom in Eight Thousand Lines and Its Verse Summary*, tłum. E. Conze, Four Seasons Foundation (Wheel Series 1), Bolinas 1973.

mości i nie ma świadomości bez Mądrości: są one nierozłącznie związane, są w pewnym sensie różnymi aspektami tego samego doświadczenia duchowego. Loczana ma kolor jasnoniebieski.

Mamaki

Mamaki to małżonka Ratnasambhawy, żółtego buddy południa. Jej imię znaczy „czyniąca moim". Jest tą, która sprawia, że wszystko staje się „moje", chociaż nie w egoistycznym sensie – teraz jesteśmy na poziomie Oświecenia. Mamaki jest tą postawą duchową, która bierze wszystko i wszystkich za swoje, swoje własne, w znaczeniu: naprawdę moje, drogie mi, cenne dla mnie, wartościowe. A więc Mamaki cieszy się wszystkimi, rozkoszuje się wszystkimi, a nawet uważa wszystkich za siebie samą. Nie dostrzega różnicy między sobą a innymi. Dla niej wszyscy ludzie są „moi", są nawet „mną". Jest żółtego koloru.

Pandarawasini

Jest małżonką Amitabhy, czerwonego buddy zachodu. Jej imię znaczy „odziana w biel", co sugeruje tę, która jest otoczona czystością lub wręcz chroniona przez czystość. To obrazowanie przypomina wyobrażenie, jakie Budda podał, opisując czwartą dhjanę (czwarty stan wyższej świadomości). Budda powiedział, że doświadczenie czwartej dhjany jest podobne do doświadczenia człowieka, który w gorący, pełen kurzu dzień kąpie się w pięknym stawie, a potem wychodzi z wody i owija się w białe, czyste prześcieradło. To owijanie w czyste, białe prześcieradło wyobraża stopniowe gromadzenie wszystkich swoich energii, szczególnie emocjonalnych, i chronienie tych energii przed wszelkimi szkodliwymi wpływami z zewnątrz. A więc Pandarawasini to „Otoczona czystością", oddzielona od zewnętrznych wpływów i chroniona przed nimi. Ma jasnoczerwony kolor.

Tara

Tara jest małżonką Amoghasiddhiego, ciemnozielonego Buddy północy. Jej imię znaczy „przewożąca na drugi brzeg". Przewozi ona na drugi brzeg rzeki narodzin i śmierci, rzeki samsary[61]. Jej funkcja przypomina

[61] Samsara (w pali i sanskrycie) dosłownie znaczy „wędrowanie, strumień (stawania

przypowieść Buddy o tratwie. Tak jak tratwa jest środkiem pomagającym przekroczyć rzekę i nic więcej (nikt nie pomyślałby o niesieniu ze sobą tratwy, kiedy już dotarł na drugi brzeg), tak Dharma jest wyłącznie środkiem służącym do przekroczenia rzeki narodzin i śmierci i dotarciu na drugi brzeg, do Nirwany. Imię Tara często tłumaczy się jako „Zbawicielka", ale to może być mylące. Można powiedzieć, że Tara symbolizuje postawę pomagania ludziom tak, żeby pomogli sobie sami.

Oto więc pięcioro „żeńskich" buddów: Akaśadhatiśwari – „Monarchini sfery nieskończonej przestrzeni", Loczana – „Posiadająca oko", Mamaki – „Czyniąca moim", Pandarawasini – „Odziana w biel" i Tara – „Przewożąca na drugi brzeg". Razem z ich „męskimi" partnerami reprezentują różne aspekty jednego, integralnego doświadczenia Oświecenia, doświadczenia, które jest w istocie doświadczeniem nierozdzielności dwóch doświadczeń w jednym – Mądrości i miłości.

Gniewni buddowie

Należy też wspomnieć o końcowej zmianie symbolicznego wzorca, którym się zajmujemy. W ezoterycznej tantrze buddowie i bodhisattwowie pojawiają się w dwóch aspektach: łagodnym i gniewnym. Odnosi się to też do pięciu buddów. Dotąd opisałem pięciu „męskich" i pięć „żeńskich" buddów w łagodnych formach. Teraz powiem nieco o gniewnych formach. Formy gniewne są o wiele mniej zindywidualizowane niż formy łagodne.

---

się)". W dawnych tekstach hinduistycznych oznacza przechodzenie przez kolejne stany. W buddyzmie zaczęła oznaczać nieustanne powtarzanie się narodzin i śmierci w trzech światach i sześciu sferach egzystencji. Będąc przeciwieństwem Nirwany, samsara jest, z obiektywnego punktu widzenia, uwarunkowana w odróżnieniu od Nieuwarunkowanego albo światowa w odróżnieniu od transcendentalnego; z subiektywnego punktu widzenia jest niewolą w odróżnieniu od wyzwolenia. Celem życia duchowego jest wyswobodzenie się z więzów samsary i osiągnięcie całkowitej wolności Nirwany. Samsara i Nirwana mogą też być postrzegane jako dwa możliwe sposoby bycia w tej samej Rzeczywistości (zob. Sangharakszita, *Wprowadzenie do buddyzmu…*), przy czym samsara to tryb reaktywny, a Nirwana nieodwracalnie twórczy. Hinajana mówiła o nich jako o dwóch oddzielnych stanach i o przechodzeniu z jednego w drugi, z rzeczywistej samsary w rzeczywistą Nirwanę, natomiast mahajana nauczała, że samsara i Nirwana to tylko konstrukcje mentalne, że rozróżnianie między nimi jest ostatecznie iluzją i że wyzwolenie polega nie na przejściu z jednej sfery w drugą, lecz na zrozumieniu, iż zasadniczo niczym się nie różnią.

W swoich gniewnych formach pięciu „męskich" buddów zwanych jest pięcioma herukami. Wszyscy oni biorą imiona od swoich rodzin buddy. Istnieje zatem Budda-Heruka, Wadżra-Heruka, Ratna-Heruka, Padma-Heruka i Karma-Heruka. Każdy przedstawiany jest jako potężnie, wręcz masywnie zbudowany mężczyzna, nagi (prócz skóry tygrysa i słonia) oraz noszący girlandy z ludzkich czaszek. Wokół ich ciał i ramion owijają się węże. Zwykle mają co najmniej sześć rąk, czasem o wiele więcej. Każdy ma troje wytrzeszczonych, pałających oczu i gniewny wyraz twarzy. Na ogół przedstawia się ich jako depczących wrogów Dharmy i w gwałtownym zwrocie w prawo. Każdego otacza aureola płomieni. Budda-Heruka jest albo ciemnoniebieski, albo czarny, inni odpowiednio mają kolor: niebieski, żółty, czerwony i zielony.

Małżonka Buddy-Heruki, czyli odpowiadający mu „żeński" heruka, zwana jest po prostu Krodheświari, co można przetłumaczyć jako „gniewna pani". Małżonki innych heruków, tak jak „męscy" herukowie, nazwane są od ich rodzin buddy. A więc jest Gniewna Pani Wadżry, Gniewna Pani Klejnotu, Gniewna Pani Lotosu i Gniewna Pani Działania. Wszystkie przedstawione są w ten sam sposób: nago lub prawie nago, mają ten sam kolor, co ich małżonkowie, choć nieco jaśniejszy. Są od nich nieco mniejsze. Zawsze przywierają do swojego małżonka, czasem rękami obejmują go za szyję.

Taka więc jest symbolika pięciu buddów „męskich" i „żeńskich", łagodnych i gniewnych. W całej tantrze jest to jeden z najważniejszych, najpiękniejszych i najbardziej znaczących wzorców[62]. Ten wzorzec przynajmniej części bogactwa tantry nadaje formę, którą możemy docenić, a może i przyswoić. Jednak nigdy nie możemy zapominać, że wszystkie te formy –„męskie" i „żeńskie", łagodne i gniewne – reprezentują różne aspekty jednego doświadczenia Oświecenia i różne aspekty stanu buddy. Nie powinniśmy nigdy zapominać, że wszystkie ucieleśniają duchowe

[62] Tantra dosłownie oznacza coś utkanego albo wypracowanego. W buddyzmie tantra jest szczególnego rodzaju rozprawą lub tekstem odmiennym od powszechniej znanej sutry. Tantryzm, tantra i tantrajana to alternatywne nazwy wadżrajany albo diamentowej drogi, trzeciej z trzech jan buddyzmu (zob. przypis 39), ponieważ wadżrajana jest ściśle związana z użyciem tantr. Więcej szczegółów na temat tantry, zob. *The Eternal Legacy…*, rozdz. 16; *Wprowadzenie do buddyzmu…*,; także Lama Anagarika Govinda, *The Foundations of Tibetan…*

doświadczenia, a właściwie są ich wytworem. Jeśli będziemy o tym pamiętać, będziemy mogli na nie zareagować. Jeśli zareagujemy na nie, pomogą nam – pomogą nam wszystkie twórcze symbole tantrycznej ścieżki do Oświecenia.

PIĘĆ MĄDROŚCI

Każdy z pięciu buddów symbolizuje inny aspekt Mądrości. Te aspekty Mądrości wspólnie zwane są pięcioma dżnianami, pięcioma Mądrościami albo pięcioma rodzajami wiedzy.

Pierwsza z pięciu Mądrości to Mądrość dharmadhatu, symbolizowana przez Wairoczanę. To jest podstawowa Mądrość, a cztery pozostałe są jej szczególnymi aspektami. Termin dharmadhatu jest trudny. Dhatu znaczy „sfera", „domena" albo „pole" i reprezentuje tu cały kosmos. Dharma oznacza tutaj Rzeczywistość, Prawdę, ostateczność. A więc dharmadhatu oznacza wszechświat pojmowany albo jako sfera manifestacji Rzeczywistości, albo jako całkowicie przeniknięty przez Rzeczywistość. Tak jak cała przestrzeń wypełniona jest promieniami słonecznymi, tak całe istnienie, z jego systemami galaktycznymi, słońcami, światami, bogami i ludźmi, przeniknięte jest przez samą Rzeczywistość. Jest to pole manifestacji, gry, ekspresji, bogactwa Rzeczywistości.

Dlatego Mądrość dharmadhatu oznacza bezpośrednie poznanie całego kosmosu jako nieróżnego od Rzeczywistości. Nie znaczy to, że kosmos jest unicestwiony czy usunięty. Kosmos wciąż jest i wciąż go widać. Domy, drzewa, pola, mężczyźni i kobiety, słońce, księżyc i gwiazdy istnieją tak jak przedtem, ale są przeniknięte przez Rzeczywistość. Widzisz kosmos i Rzeczywistość jednocześnie – jedno nie przesłania drugiego. Widzisz kosmos, widzisz Rzeczywistość. Widzisz Rzeczywistość, widzisz kosmos. Kosmos jest Rzeczywistością, Rzeczywistość jest kosmosem. Rupa jest śunatą, śunjata jest rupą[63].

Drugą jest Mądrość podobna do lustra, symbolizowana przez Akszobhję. Ta Mądrość jest jak lustro, ponieważ tak jak lustro odbija wszystkie

[63] Odwołanie do nauki Doskonałej Mądrości wyrażonej na początku *Sutry serca*: „Śariputro, forma jest pustką, a pustka jest formą; pustka nie jest różna od formy; forma nie jest różna od pustki […]", zob. *Thirty Years of Buddhist Wisdom Books*, tłum. E. Conze, Allen & Unwin, London 1958, s. 81.

przedmioty, tak oświecony umysł odbija wszystko: widzi wszystko, rozumie prawdziwą naturę wszystkiego. Jeśli patrzysz w głąb oświeconego umysłu, widzisz wszystko.

Wszystkie przedmioty świata odbijają się w głębi oświeconego umysłu, ale nie wywierają wpływu na oświecony umysł – nie lgną do niego. Jeśli naprzeciw lustra umieścisz przedmiot, odbije się w nim. Jeśli usuniesz przedmiot i położysz naprzeciw lustra inny przedmiot, ono odbije ten przedmiot. Kiedy usuniesz przedmiot – albo kiedy usuniesz lustro – nie znajdziesz przyklejonego odbicia. Oświecony umysł działa podobnie: odbija, ale nic się do niego nie przykleja. Nasze umysły są jednak zupełnie inne. Jeśli posłużymy się tym samym przykładem, możemy powiedzieć, że nasz umysł jest rodzajem lustra, ale przyklejają się do niego wszystkie odbicia. A nawet nie tylko przyklejają się, ale zastygają w nim. Nieruchomieją i blokują się nawzajem. Czasem lustro przykleja się do przedmiotu i nie można ich rozdzielić. Inaczej mówiąc, w oświeconym umyśle nie ma subiektywnej reakcji, żadnego subiektywnego przywiązania – jest czysty, pełny obiektywizm, jak lustro odbijające wszystko, co istnieje.

Trzecią z pięciu Mądrości jest Mądrość równości lub identyczności. Jej symbolem jest Ratnasambhawa. Oświecony umysł widzi wszystko z całkowitą obiektywnością. Widzi tę samą Rzeczywistość we wszystkim, tę samą śunjatę we wszystkim, a więc ma to samo nastawienie do wszystkiego. Widzi, że mężczyzna jest mężczyzną, kobieta jest kobietą, kwiat jest kwiatem, drzewo jest drzewem, dom jest domem, słońce jest słońcem, a księżyc jest księżycem. Widzi to wszystko, ale jednocześnie widzi we wszystkim wspólną Rzeczywistość, a więc ma wspólne nastawienie do wszystkiego. Podchodzi do wszystkiego z tą samą miłością, z tym samym współczuciem, bez wyróżniania czy rozróżniania. Czasem mówi się, że miłość i współodczuwanie oświeconego umysłu „padają" jednakowo na wszystkie istoty, na wszystkie przedmioty, wszystkie rzeczy, tak jak promienie słońca padają raz na złote dachy pałacu, a raz na kupę gnoju – to jest to samo słońce. Oświecony umysł świeci swoją miłością i współczuciem wszędzie i na wszystko, na wysoko i nisko postawionych, na „dobrych" i na „złych".

Czwartą z pięciu Mądrości jest Mądrość wszystko rozróżniająca. Jej symbolem jest Amitabha. Lustro, jak widzieliśmy, odbija jednakowo wszystkie rzeczy, ale jednocześnie nie miesza ani nie zamazuje ich odrębnych cech: odbija najmniejszy szczegół. To bardzo ważne. To znaczy, że

oświecony umysł nie tylko widzi jedność rzeczy, nie tylko ich różność, ale widzi jedno i drugie razem.

Oświecony umysł, szczególnie w jego aspekcie wszystko rozróżniającej Mądrości, widzi nie tylko jedność rzeczy, widzi też różnice pomiędzy nimi, ich niepowtarzalność i widzi oba te aspekty razem. Nie redukuje wielości do jedności, nie redukuje jedności do wielości: widzi **i** jedność **i** wielość.

Buddyzm na poziomie filozoficznym nie jest ani monizmem, w którym wszystkie różnice zostają zniesione, ani pluralizmem, w którym znika cała jedność. Nie jest ani monistyczny, ani pluralistyczny. W buddyjskiej wizji istnienia jedność nie usuwa różnicy, różnica nie usuwa jedności. My nie możemy nic na to poradzić, że widzimy raz jedno, raz drugie, ale oświecony umysł widzi jednocześnie jedność i różnicę. Widzi, że każdy z nas jest niepowtarzalny, a jednocześnie widzi, że wszyscy jesteśmy jednym. Jesteśmy jednym, będąc równocześnie każdy sobą; a choć każdy z nas zachowuje swą odrębność i specyfikę, i rozkwita w sobie tylko właściwy sposób, to jednocześnie wszyscy jesteśmy jednym. Oba, jedność i różnica, monizm i pluralizm, nie są dwiema różnymi rzeczami – nie mówimy, że są jednym, ale też że nie są dwoma.

I w końcu, po piąte, jest Mądrość wszystko spełniająca, symbolizowana przez Amoghasiddhiego. Oświecony umysł poświęca się dla dobra wszystkich żyjących istot. Robi to, wynajdując wiele zręcznych metod[64] pomagania ludziom. Oświecony umysł pomaga żyjącym istotom naturalnie i spontanicznie. Nie chodzi o to, że bodhisattwa czy oświecony umysł myśli z rana: jak mogę dziś komuś pomóc? Czy pomocy bardziej potrzebuje ta osoba, czy tamta? Może pomogę dziś takiemu a takiemu. Oświecony umysł nie działa w ten sposób: działa swobodnie, spontanicznie, naturalnie.

[64] Zręczne metody (sanskryt: upaja-kauśalja), najważniejsza z czterech doskonałości (paramit) praktykowanych przez bodhisattwę, które uzupełniają pierwszych sześć doskonałości. Zob. przypis 90. Zręcznymi metodami określa się wszelkie środki i sposoby, do jakich ucieka się bodhisattwa, chcąc pomóc żyjącym istotom.

DHARMA

Dharma, drugi z Trzech Klejnotów, to ogół nauk Buddy, jak i ostateczna Rzeczywistość, której wyrazem są te nauki. Budda pozostawił po sobie bogactwo i ogrom nauk, które możemy zgłębiać, praktykować i wcielić w życie. Ale od czego zacząć? Na początku Sangharakszita przedstawia w zarysach rozmaite poziomy, na których możliwy jest przekaz Dharmy. Czyni to, byśmy nie wpadli w pułapkę słów i nie byli nimi ograniczeni, jakkolwiek właściwy dobór słów jest sprawą kluczową. Następnie poddaje badaniu poglądy i przekonania, jakie żywimy oraz sposób, w jaki z przyzwyczajenia widzimy świat. Podkreśla, jak ważne jest, by nauczyć się patrzeć obiektywnie, zrzuciwszy z oczu klapki niezmiennych opinii i błędnych przekonań. W kolejnych rozdziałach Sangharakszita rozpatruje z nami jedną z centralnych nauk Buddy – o kole życia i spiralnej ścieżce. Wnikając w te nauki nie w teorii, lecz stosując je we własnym życiu, odkrywamy dla siebie ścieżkę wzrostu i rozwoju.

SŁOWO BUDDY

„Dla tych, którzy mają uszy, by słuchać", słowo Buddy wyraża oświeconą świadomość. Aby pokonać przepaść dzielącą oświeconą świadomość i świadomość zwyczajnego człowieka, naukę Buddy, Dharmę, przekazuje się na wielu poziomach, nie tylko za pomocą zwyłych słów. W ten sposób słowo Buddy dociera do nas poprzez mantryczny pradźwięk, archetypowe obrazy i koncepcje oraz słowa.

Dharmę głoszoną osobiście przez Buddę swoim uczniom, a po jego paranirwanie przekazywaną drogą przekazu ustnego i o wiele później utrwaloną w formie pism, określa się szczególnym terminem – buddhawaczana – oznaczającym słowo Buddy. Termin „buddhawaczana" używany jest często po prostu na określenie pism buddyjskich, ale ma on głębsze implikacje, z których część tutaj zgłębimy.

Przede wszystkim trzeba podkreślić, że buddhawaczana to słowo buddy. Budda to nie jest imię własne, jak Rahula czy Ananda. Budda to tytuł dosłownie znaczący „ten, który wie". Buddą jest ten, kto urzeczywistnił Prawdę czy Rzeczywistość. A więc słowo buddy nie jest takie, jak słowo zwykłej osoby. Buddhawaczana to wyrażenie w ludzkiej mowie oświeconego stanu świadomości. Mimo że znamy znaczenie słów „budda" i „buddhawaczana", nie zawsze zdajemy sobie z tego sprawę. Na ogół, może nieświadomie, myślimy, że budda mówi w taki sam sposób, jak zwykła osoba, ponieważ używa tych samych słów. Ale choć słowa mogą brzmieć tak samo, za słowami buddy kryje się coś, czego nie ma za naszymi słowami. Za słowami buddy kryje się oświecona świadomość. Zatem „dla tych, którzy mają uszy, żeby słyszeć", słowo buddy wyraża tę oświeconą świadomość.

Ponadto musimy zrozumieć, że chociaż słowa buddy wyrażają jego oświeconą świadomość, nie robią tego bezpośrednio. Nie wygląda to tak, że jest oświecona świadomość i prosto z niej płyną słowa, które ją wyrażają. To nie jest takie proste, ponieważ oświeconą świadomość i jej wyraz w postaci zwykłej ludzkiej mowy dzieli kilka pośrednich poziomów istnienia i doświadczenia. W zasadzie te poziomy również zawarte są w buddhawaczanie. Przyjrzymy się im po kolei.

Umysł buddy

Po pierwsze, istnieje poziom – poza wszystkimi poziomami – samego oświeconego umysłu, umysłu buddy. Używamy wyrażenia „oświecony umysł", ale jest nam bardzo trudno pojąć, jaki on jest, ponieważ w oświeconym umyśle nie ma podmiotu ani przedmiotu. Zwykła świadomość, zdominowana przez rozróżnienie podmiot-przedmiot, nie jest w stanie pojąć oświeconego umysłu. Możemy tylko powiedzieć – chociaż nawet to jest mylące – że oświecony umysł, to czysta, niezróżnicowana świadomość, całkowita pustka[65], całkowita świetlistość, nieustanny bezmiar duchowej świetlistości. Oświecony umysł doświadcza absolutnej satysfakcji i dlatego jest spokojem, szczęściem przekraczającym wszelkie ludzkie zrozumienie; jest ponad i poza przestrzenią i czasem; wszystko jest w nim znane, ponieważ nie ma niczego do poznania. Możemy opisać go bardziej metaforycznie jako ogromny, bezbrzeżny ocean, w którym miliony wszechświatów są tylko malutką falą, a nawet tylko pojedynczą drobinką piany.

W oświeconym umyśle – możemy mówić o nim tylko w kategoriach przestrzeni i czasu, chociaż je przekracza – powstaje pragnienie komunikowania się z nieoświeconym umysłem na poziomie nieoświeconego umysłu. Oświecenie pragnie przekazać Oświecenie (w końcu nie ma niczego innego do zakomunikowania – Oświecenie może przekazać tylko Oświecenie). To pragnienie możemy nazwać współczuciem. Komunikacja na tym najwyższym poziomie jest bardzo subtelna, nie ma w niej niczego pospolitego ani oczywistego. Jest jak drganie czy subtelna wibracja płynąca między oświeconym umysłem a umysłem, któremu jeszcze trochę brakuje do Oświecenia.

65 Śunjatę (pali: sunnata) zwykle tłumaczy się słowami „pusta" lub „pustka". Oświecony umysł jest pusty w tym sensie, że nie ma w nim niezmiennej substancji czy osobowości. W mahajanie nauka o śunjacie ma kluczowe znaczenie, a jej głębia objaśniona jest w *Sutrze doskonałej mądrości* (zob. przypis 63, 134, 152). Mówiąc wprost, nauka o śunjacie podkreślała fakt, że wszystkie dharmy (zgodnie z hinajaną podstawowe, nieredukowalne składniki rzeczywistości) są puste, to znaczy wszystkie zjawiska, zarówno ludzie, jak i rzeczy, pozbawione są trwałej substancji czy niezależnej osobowości; powstają zależnie od warunków i nie mogą być opisane ani jako prawdziwie istniejące, ani jako nieistniejące. W odniesieniu do osobowości ludzkiej staje się to doktryną anatmana, czyli „nie-ja" (zob. s. 240). Zob. Sangharakszita, *Wprowadzenie do buddyzmu…*; *The Three Jewels…*, rozdz. 11; tenże, wykład *The Mystery of the Void*, [online] http://freebuddhistaudio.com/audio/details?num=27, 1966.

Tę wibrację możemy wyobrazić sobie jako niezwykle subtelny dźwięk: nie zwykły, fizyczny, zewnętrzny dźwięk, który możemy słyszeć uchem, ani nawet nie dźwięk, który możemy słyszeć uchem wewnętrznym w sensie psychologicznym, ale coś w rodzaju dźwięku odwiecznego, pierwotnego, mantrycznego. To jest coś, co na planie duchowym odpowiada dźwiękowi. Ów dźwięk, nawet bezdźwięczny dźwięk, jest buddhawaczaną w najpełniejszym sensie tego słowa.

Ten dźwięk wydaje umysł buddy, sama Rzeczywistość. Oświecona świadomość nie jest ograniczona czasem ani miejscem, dlatego wydaje ten dźwięk cały czas i wszędzie. Niektóre tradycje hinduskie utożsamiają ten pierwotny kosmiczny dźwięk z mantrą[66] OM; nie z OM wymawianym ludzkim językiem, lecz subtelnym, wewnętrznym, duchowym OM, które czasem można usłyszeć w medytacji lub w innych wyższych stanach świadomości. Można nawet usłyszeć je wychodzące z wszystkich przejawionych obiektów wszechświata, ponieważ umysł buddy jest niejako poza nimi wszystkimi, rozbrzmiewając poprzez nie wszystkie. Możemy nawet powiedzieć, trzymając się naszej wcześniejszej analogii, że oświecona świadomość jest niczym ocean, a przejawione zjawiska i rzeczy są jak fale albo piana, tak jakby każda fala, każda cząstka piany, każde zjawisko we wszechświecie powtarzało cały czas tę mantrę OM i nic innego, tylko OM.

Słuchając tej mantry, słuchamy słowa buddy. Słysząc ją, słyszymy i rozumiemy wszystko; w tym niezróżnicowanym dźwięku znajdujemy wszystko. Nie potrzeba żadnych słów. Nie potrzeba żadnych myśli. Nie potrzeba żadnych obrazów. W tym jednym, pierwotnym dźwięku, rozbrzmiewającym z umysłu buddy, słyszymy wszystko, wiemy wszystko i rozumiemy wszystko.

Poziom obrazów archetypowych

Na drugim poziomie mamy archetypowe obrazy. Oświecony umysł schodzi jakby o jeden stopień niżej, do poziomu obrazów archetypowych. Na tym poziomie znajdują się obrazy słońca i księżyca, światła i ciemności, nieba i ziemi; obrazy ptaków, zwierząt i kwiatów; obrazy deszczu, wiatru, grzmotu, błyskawicy; obrazy buddów i bodhisattwów; obrazy bogów i bogiń; obrazy łagodne i gniewne; obrazy przede

---

[66] Agehananda Bharati, *The Tantric Tradition*, Rider & Co, London 1965, rozdz. 5.

wszystkim olśniewająco barwne i świetliste, powstające z głębi nieskończonej przestrzeni.

Nie stworzył ich indywidualny ludzki umysł ani zbiorowa świadomość, ani nawet zbiorowa nieświadomość. Może te obrazy wcale nie są stworzone, ale niejako współistnieją odwiecznie z samą oświeconą świadomością. Te obrazy także wszystko ukazują. Ukazują poprzez formę i kolor. Na tym poziomie nie są potrzebne żadne myśli, idee ani słowa. Komunikacja nie przebiega może tak subtelnie, jak na poziomie mantrycznego dźwięku, ale nadal jest o wiele subtelniejsza i znacznie pełniejsza niż wszystko, czego zwykle doświadczamy.

Poziom myśli konceptualnej

Trzeci poziom to poziom myśli konceptualnej. Tutaj zeszliśmy o jeszcze jeden stopień niżej, ale musimy pamiętać, że to wciąż jest oświecony umysł, który „schodzi": nie mówimy tu o nieoświeconej świadomości wyrażającej się poprzez myśli. Myśl konceptualna to środek wspólny dla oświeconego i nieoświeconego umysłu. Tworzy ją nieoświecony umysł, ale może być używana, a nawet przekształcana przez oświecony umysł zgodnie z jego wyższymi celami. To daje nam klucz do prawdziwej natury filozofii czy myśli buddyjskiej. Myśl buddyjska nie składa się ze spekulacji nieoświeconych umysłów zwykłych buddystów. Myśl buddyjska to seria prób ze strony oświeconego umysłu, czy to Buddy Gautamy, czy innych, porozumiewania się z nieoświeconymi umysłami za pomocą pojęć. Nauki takie, jak nauka o uwarunkowanym współtworzeniu[67] (pratitja-samutpada), powinny być rozumiane w tym świetle.

Poziom słów

Na koniec schodzimy do poziomu słów. Niektórzy ludzie twierdzą, że nie można naprawdę oddzielić słów i myśli. Z pewnością związek między nimi jest bardzo ścisły (bliższy niż związek między obrazami a myślami). Niemniej jednak nie są one zupełnie tym samym. Mamy czasem myśli, których nie przekładamy albo nawet nie możemy przełożyć na słowa, nawet bezgłośnie.

---

67 Także tłumaczone na polski jako „współzależne powstawanie" – przyp. red.

Zbadawszy do pewnego stopnia te cztery poziomy, możemy zobaczyć wielką przepaść dzielącą oświeconą świadomość, umysł buddy, od jej ekspresji w kategoriach zwykłej ludzkiej mowy. Możemy zrozumieć, przez jak wiele poziomów Budda musiał zejść po swoim Oświeceniu, zanim mógł zacząć nauczać. Powinniśmy jednak uważać, kiedy myślimy o Buddzie schodzącym przez różne poziomy, żeby nie wyobrażać sobie, iż pozostawia on za sobą poprzednie, jakby schodząc, nie zostawiał niczego z tyłu. Słowo buddy składa się z tych wszystkich rzeczy: pierwotnego mantrycznego dźwięku, archetypowych obrazów, koncepcji i słów. Dharma przekazywana jest na tych wszystkich poziomach nie tylko przy pomocy zwykłych słów.

BŁĘDNY POGLĄD, WŁAŚCIWY POGLĄD, DOSKONAŁY POGLĄD

Po części widzimy świat na opak. Wszelkie tak zwane filozofie, rozmaite -izmy i -ologie sprowadzają cierpienie na nas i innych. Tradycja buddyjska rozróżnia dwa rodzaje widzenia: błędne i właściwe. Błędne widzenie, czy pogląd, jest słabe, ograniczone niczym patrzenie z klapkami na oczach i zniekształcone. Właściwe widzenie, czy pogląd, przeciwnie, prowadzi do bezpośredniego doświadczenia Prawdy. Istnieje poza tym Doskonałe Widzenie, czyli wizja Buddy. Jeśli chcemy choćby przelotnie spojrzeć na świat, jak Budda, powinniśmy kierować się w życiu prawdziwą filozofią, nadającą naszemu życiu cel.

W buddyzmie nie ma czegoś takiego jak filozofia. W językach indyjskich, włączając sanskryt i pali (języki pism buddyzmu indyjskiego), nie istnieje słowo odpowiadające filozofii ani dosłownie, ani w przenośni. Występuje słowo często używane w przekładach jako filozofia, ale nie posiada takiego znaczenia. Tym słowem jest darśana (pali: dassana). Darśana pochodzi od słowa oznaczającego widzenie i tłumaczy się ją jako „to, co jest widziane", „wzrok", „widok", „perspektywa", a nawet „wizja".

Bezspornie, to nie jest to samo, co filozofia. Termin „filozofia" dosłownie znaczy „miłość mądrości", ale bardziej ogólnie rozumie się ją jako system abstrakcyjnych idei. Sugeruje coś pomyślanego, a nie widzianego. Natomiast darśana jest kwestią bezpośredniej percepcji i bezpośredniego doświadczenia – nie oznacza czegoś przekazanego przy pomocy pojęć.

W buddyzmie nie używa się słowa darśana, lecz dryszti. Dryszti także pochodzi od rdzenia oznaczającego widzenie, wzrok, widok, pogląd, perspektywę czy wizję. Tradycyjnie buddyzm rozróżnia dwa rodzaje poglądów: pogląd błędny i pogląd właściwy. To ważne rozróżnienie. Żeby zrozumieć, czym te poglądy się różnią, spójrzmy na kwestię wzroku w dosłownym sensie, ponieważ pogląd błędny czy właściwy, jest, mówiąc metaforycznie, rodzajem widzenia.

Można powiedzieć, że są dwa rodzaje wzroku: zły i dobry. Zły wzrok to przede wszystkim wzrok słaby. Mówi się, że mamy słaby wzrok, jeśli nie widzimy z oddali albo nie widzimy wyraźnie. Po drugie, zły wzrok ogranicza się do bardzo wąskiego pola widzenia. Widzimy tylko to, co jest tuż przed naszym nosem. Nie widzimy tego, co znajduje się po bokach, a jeszcze mniej widzimy z tego, co jest wokół. Po trzecie, zły wzrok zniekształca obraz, jak wtedy, gdy patrzymy przez jakiś zniekształcający materiał: przez szkło butelki czy witraż, który sprawia, że wszystko wydaje się wielobarwne albo zamglone. Wzrok słaby, ograniczony i zniekształcony to zły wzrok.

Dobry wzrok jest przeciwieństwem tego wszystkiego. Dobry wzrok jest ostry – patrzymy na dużą odległość i widzimy wyraźnie. Nie jest ograniczony – mamy szerokie pole widzenia. Nie jest zniekształcony. Nie widzimy rzeczy przez zniekształcający czy załamujący materiał, lecz widzimy je bezpośrednio.

Czynniki błędnego poglądu

Za pomocą tego rozróżnienia między słabym a dobrym wzrokiem w całkiem zwykłym znaczeniu, możemy w pewnym stopniu zrozumieć różnicę między błędnym a właściwym poglądem. Błędny pogląd jest przede wszystkim słaby. Mamy tu na myśli fakt, że nie ma w nim energii. Jeśli nasza wizja nie ma w sobie energii, to nasz Wgląd w Rzeczywistość jest słaby; nie wnikamy jasno w prawdziwą naturę rzeczy; nie widzimy rzeczy takimi, jakimi są. Energia, której potrzebujemy, pochodzi z medytacji – medytacji w znaczeniu doświadczenia dhjany. Ta skoncentrowana energia, którą czerpiemy z doświadczenia medytacyjnego, przemienia czysto pojęciowe rozumienie Prawdy w bezpośrednie doświadczenie.

Po drugie, błędny pogląd jest ograniczony do wąskiego pola widzenia tak, jakbyśmy mieli klapki na oczach; jest ograniczony do wąskiej skali

doświadczenia, tzn. do pięciu fizycznych zmysłów i racjonalnego umysłu. Ktoś, kogo doświadczenie zamyka się w tej wąskiej skali, często generalizuje i wyciąga z tego wnioski, nieświadomy innych możliwości percepcji i doświadczenia. Tak na przykład dzieje się w przypadku człowieka, który interesuje się tylko swoim zawodem, swoją rodziną, zakładami piłkarskimi i tak dalej. Na tym jego zainteresowania się kończą. Nie pociągają go sprawy świata, sztuka czy osobisty rozwój. Jego doświadczenie jest zatem ograniczone i dlatego samo życie postrzega w kategoriach swojego ograniczonego istnienia.

Po trzecie, błędny pogląd jest zniekształcony. Nasze widzenie rzeczy może być zniekształcone na wszelkie możliwe sposoby. Przyczyną tego mogą stać się na przykład emocje. Kiedy jesteśmy szczęśliwi, postrzegamy rzeczy w zupełnie odmienny sposób niż gdy jesteśmy w ponurym nastroju. Jeśli kogoś nie lubimy, widzimy w nim wszelkiego rodzaju wady, natomiast jeśli kogoś lubimy, widzimy w nim wiele zalet, których może w rzeczywistości nie posiadać. Nasza wizja zniekształcana jest także przez wszelkiego rodzaju uprzedzenia: rasowe, klasowe, religijne czy narodowe.

Zatem błędny pogląd jest słaby (niepoparty siłą medytacji), ograniczony (do wąskiej skali doświadczenia) i zniekształcony (przez stronnicze emocje i uprzedzenia)[68].

Czynniki właściwego poglądu

Właściwy pogląd jest przeciwieństwem błędnego poglądu. Właściwy pogląd jest mocny i potężny. Ma za sobą skoncentrowaną energię medytacji, więc przynosi nie tylko konceptualne rozumienie, ale bezpośrednie doświadczenie Prawdy. Nie zatrzymuje się na powierzchni, ale wnika głęboko w istotę rzeczy. Widzi wszystko jasno i wyraźnie. Właściwy pogląd nie jest ciasny ani ograniczony. Obejmuje całe pole ludzkiego doświadczenia. Nie zawęża się do fizycznych doświadczeń zmysłowych czy racjonalnego umysłu. Jeśli w ogóle generalizuje, to robi to w oparciu o cały zakres ludzkiego doświadczenia na wszystkich polach, na wszystkich poziomach. I wreszcie, właściwy pogląd nie jest zniekształcony. Nie zniekształcają go ani emocje, ani uprzedzenia, ale widzi rzeczy takimi, jakimi są.

---

68 Przykłady błędnych poglądów, zob. s. 78 i 79.

Dotąd mówiłem w kategoriach poglądów, ale poglądy nie istnieją w oderwaniu: zawsze są to czyjeś poglądy. Tak jak istnieją dwa rodzaje poglądów (błędny i właściwy), istnieją też dwa rodzaje ludzi. Są ludzie, którzy mają błędny pogląd i są ludzie, którzy mają właściwy pogląd. Są ludzie, których pogląd o istnieniu jest ciasny, ograniczony i zniekształcony. I są ludzie, których pogląd o istnieniu jest nieograniczony i niezniekształcony.

W buddyzmie na określenie ludzi, którzy mają błędny pogląd, używa się terminu „prithagdżana", czyli „zwykły człowiek". Ci, którzy mają właściwy pogląd, zwani są arjami, czyli szlachetnymi duchowo. Można powiedzieć, że pierwsi to ci, którzy nie osiągnęli żadnego stopnia rozwoju osobistego, w ogóle nad sobą nie pracowali, pozostali tacy, jakimi uczyniła ich natura. Drudzy to ci, którzy osiągnęli pewien stopień osobistego rozwoju, którzy nad sobą pracowali i nie są tacy, jakimi natura ich uczyniła: przemienili się, przetworzyli, przekształcili siebie, przynajmniej do pewnego stopnia.

Zwykłych ludzi jest oczywiście więcej, a szlachetni duchowo występują w mniejszości. Jednak można przejść z jednej kategorii do drugiej. Prithagdżanowie mogą stać się arjami. Zwykła osoba może stać się szlachetna duchowo. Uzyskuje się to poprzez rozwijanie uważności, kultywowanie pozytywnych emocji, podnoszenie poziomu świadomości i, przede wszystkim, przez porzucenie błędnego poglądu i rozwijanie właściwego.

Doskonała wizja

Dotąd mówiłem tylko o dwóch rodzajach poglądów: błędnym i właściwym. Istnieje jednak jeszcze trzeci, który jest doskonałym poglądem, a raczej doskonałą wizją. Doskonała wizja jest właściwym poglądem rozwiniętym do najwyższego stopnia. Jest pełną wizją pełnego człowieka na najwyższym możliwym poziomie jego rozwoju. Doskonała wizja nie ma granic: to nieuwarunkowana wizja nieuwarunkowanej Rzeczywistości, wizja przekraczająca przestrzeń i czas, przekraczająca zwykły zakres percepcji, samą relację podmiot-przedmiot. Doskonała wizja jest wizją oświeconego – tego, kto widzi z Mądrością i współczuciem. Doskonała wizja jest zatem wizją buddy.

Nasze poglądy są błędnymi poglądami. Tylko czasami mamy przebłysk właściwego poglądu. Na ogół widzimy rzeczy błędnie. Co więcej, racjonalizujemy to, dorabiamy ideologię, usprawiedliwiamy swoje błędne poglądy. Przedstawiamy je w systematycznej pojęciowej formie. To są wszystkie tak zwane filozofie światowe, nasze różne -izmy i -ologie. Jeśli jednak uzyskamy przebłysk tego, jak widzi budda, natychmiast zostaniemy podniesieni do tego poziomu, przynajmniej w wyobraźni, i będziemy w stanie zobaczyć, gdzie dokładnie się znajdujemy. To będzie prawdziwa filozofia, która nada naszemu życiu cel i pozwoli nam zrozumieć ogólne zasady leżące u podłoża całego procesu osobistego, indywidualnego rozwoju.

KOŁO ŻYCIA I SPIRALNA ŚCIEŻKA

Gdy Budda osiągnął Oświecenie pod drzewem Bodhi, ujrzał wizję ludzkiej egzystencji: ujrzał wielkie koło obejmujące swoim zasięgiem całą uwarunkowaną egzystencję i nieustannie zataczające kolejne obroty, bez końca się powtarzające. Ale ujrzał również ścieżkę wyprowadzającą z wiecznie kręcącego się koła. Dociekając znaczenia tego wielkiego buddyjskiego symbolu, dostrzegamy, że jest on wizją otwierających się możliwości, szans i alternatyw. Można albo spędzić życie w stagnacji, obracając się niejako „reaktywnie" w kółko lub wybrać spiralną ścieżkę kreatywności i rozwoju.

Gdy Budda osiągnął Oświecenie pod drzewem Bodhi, ujrzał wizję ludzkiej egzystencji, wizję, której nigdy nie miał utracić i która w pewnym sensie była identyczna z samym doświadczeniem Oświecenia. Swoją wizję przekazał na cztery sposoby: poprzez pojęcia, poprzez symbole, poprzez swoje czyny i poprzez ciszę. Teraz zajmę się jedynie przekazem za pomocą pojęć i symboli.

Prawo uwarunkowania – wyrażanie wizji za pomocą pojęć

Budda, siedząc pod drzewem Bodhi, ujrzał prawdę o zmianie. Ujrzał, że wszystko jest procesem. Ujrzał, że dzieje się tak na wszystkich poziomach, że proces zachodzi nie tylko na planie materialnym, ale również na planie umysłowym. Ujrzał, że na świecie – w uwarunkowanej egzystencji – nie ma niczego, co nie podlegałoby zmianie, co nie byłoby

procesem. (W kategoriach myśli indyjskiej Budda ujrzał, że nie ma czegoś takiego jak istnienie ani czegoś takiego jak nieistnienie). Ujrzał, że rzeczy powstają, a potem przemijają.

Ale Budda zobaczył również, że ta zmiana nie przebiega przypadkowo – rzeczy i zjawiska nie powstają i nie znikają przypadkowo. Cokolwiek powstaje, powstaje w zależności od warunków; wszystko, co znika, znika, ponieważ te warunki znikają. (Warunki są czysto naturalne; nie ma tu miejsca na takie wyjaśnienia, jak wola boska). Zatem Budda ujrzał nie tylko prawdę o zmianie, ale także prawo uwarunkowania. To prawo jest podstawową zasadą myśli buddyjskiej.

Można je wyrazić w bardzo prosty sposób: kiedy obecne jest A, powstaje B; kiedy nie ma A, B nie powstaje. To jest słynna zasada, którą Aświadżit przekazał Śariputrze[69]. Aświadżit był jednym z pięciu pierwszych uczniów Buddy (jednym z tych, którzy początkowo opuścili go, kiedy porzucił samoumartwianie, ale których odzyskał po swoim Oświeceniu). Śariputra w owym czasie był wędrownym ascetą poszukującym nauczyciela. Spotkał Aświadżita, którego wygląd zrobił na nim wielkie wrażenie: promieniował spokojem i szczęściem. Spytał go więc: „Kto jest twoim nauczycielem i jaką naukę głosi?" (to były typowe pytania w starożytnych Indiach; nawet dziś często się je zadaje). Aświadżit odpowiedział: „Jestem tylko początkujący. Nie wiem zbyt wiele. Ale powiem ci to, co wiem". Potem wyrecytował strofę w pali. Ta strofa, którą nadal możemy znaleźć w pismach, brzmi: „Tathagata[70] wyjaśnił początek rzeczy, które powstają z przyczyny. Wyjaśnił też ich ustanie. To jest doktryna wielkiego ascety". Z jednym może wyjątkiem jest to najsłynniejsza strofa ze wszystkich buddyjskich pism. Często uważa się ją za streszczenie Dharmy. Usłyszawszy to, Śariputra od razu osiągnął wysoki stopień duchowego Wglądu.

Jednak uwarunkowanie nie zawsze jest takie samo. We wszechświecie i w ludzkim życiu działają dwa główne porządki uwarunkowania. Pierwszy można nazwać porządkiem cyklicznym albo reaktywnym, drugi – porządkiem spiralnym albo progresywnym. W cyklicznym porządku

[69] *The Book of the Discipline…*, 23, 3-5.

[70] Tathagata to jeden z tytułów Buddy, może nawet częściej występujący we wszystkich pismach niż określenie „Budda". Rozumiany jest różnie, jako „ten, który tak odszedł" (tzn. odszedł w Nirwanę) lub „ten, który tak przyszedł" (tzn. przyszedł do świata ze współczucia).

uwarunkowania między parami czynników, które są przeciwieństwami, np. przyjemność i ból, szczęście i niedola, strata i zysk, a w szerszym kontekście całej serii żywotów, narodziny i śmierć, zachodzi proces akcji i reakcji. Z drugiej strony, w porządku spiralnym zachodzi stopniowy postęp między czynnikami, które stopniowo powiększają się wzajemnie. Tutaj następny czynnik powiększa efekt poprzedniego czynnika, zamiast mu przeciwdziałać albo go anulować. Na przykład, w oparciu o przyjemność powstaje nie ból, lecz szczęście; w oparciu o szczęście powstaje nie nieszczęście, lecz radość; w oparciu o radość powstaje zachwyt, potem rozkosz, następnie uniesienie, później ekstaza.

Umysł reaktywny i umysł kreatywny

W życiu człowieka te dwa porządki uwarunkowania odzwierciedlają się w dwóch różnych rodzajach umysłu: reaktywnym i kreatywnym. Nie oznacza to, że istnieją dosłownie dwa umysły, ale że umysł może funkcjonować na dwa różne sposoby. Możemy funkcjonować albo reaktywnie, albo kreatywnie. Funkcjonować reaktywnie znaczy reagować, czyli w ogóle nie działać. Reagować, to znaczy być zasadniczo biernym. To znaczy odpowiadać automatycznie na wszystkie pojawiające się bodźce. Z drugiej strony, funkcjonować kreatywnie znaczy działać, zapoczątkowywać, powoływać do istnienia coś, czego przedtem nie było, czy jest to dzieło sztuki, czy wyższy stan świadomości. Funkcjonować reaktywnie znaczy być mechanicznym; funkcjonować kreatywnie znaczy być spontanicznym. Jeśli jesteśmy reaktywni, wciąż powtarzamy siebie. Powtarzamy ten sam stary wzorzec naszego życia: dziś robimy to, co robiliśmy wczoraj; w tym tygodniu robimy to, co robiliśmy w zeszłym tygodniu; w tym roku robimy to, co robiliśmy w zeszłym roku; w tej dekadzie robimy to, co robiliśmy w poprzedniej dekadzie; jeśli poszerzymy kontekst, to w tym życiu robimy dokładnie to, co robiliśmy we wszystkich naszych poprzednich żywotach. Ale gdy jesteśmy kreatywni, zmieniamy i rozwijamy siebie – stajemy się nowymi ludźmi.

Dlatego rozwój duchowy opiera się na progresywnym porządku uwarunkowania. Oznacza, że przestajemy żyć reaktywnie i uczymy się żyć kreatywnie. To oczywiście nie jest łatwe. Wymaga, między innymi, świadomości dwóch rodzajów uwarunkowania nie jako jedynie abstrakcyjnych

zasad, lecz jako konkretnych możliwości, przed którymi stoimy. Stają one przecież przed nami jako możliwości nie tylko raz czy dwa w ciągu życia, ale dosłownie w każdej minucie dnia, ponieważ w każdej minucie dnia musimy wybierać: reagować czy tworzyć. Przypuśćmy, na przykład, że ktoś zwraca się do ciebie niegrzecznie. Możesz zareagować złością i czuć się dotknięty albo możesz odpowiedzieć twórczo, próbując zrozumieć, co się stało (możesz się zastanowić, dlaczego ta osoba odezwała się w ten sposób), wykazując zrozumienie, a przynajmniej będąc cierpliwym. Jeśli zareagujesz, pozostaniesz taki, jaki jesteś albo nawet się cofniesz, ale jeśli stworzysz coś nowego, zrobisz krok naprzód w rozwoju.

Symbol koła – wyrażanie wizji przy pomocy symboli

Budda siedząc pod drzewem Bodhi, zobaczył dwie rzeczy. Po pierwsze, zobaczył wielkie koło. To koło obejmuje całą uwarunkowaną egzystencję, pokrywa się z kosmosem, zawiera wszystkie żyjące istoty. Nieustannie się obraca: dniem i nocą, życie po życiu, wiek po wieku. Nie możemy zobaczyć, kiedy zaczęło się obracać i, jak dotąd, nie możemy zobaczyć, kiedy przestanie się obracać – tylko budda to widzi.

To wielkie koło obraca się na piaście. Tę piastę tworzą trzy stworzenia: czerwony kogut chciwie skrobiący ziemię, zielony wąż z czerwonymi oczami pałającymi złością oraz czarna świnia bezmyślnie taplająca się w błocie. Te trzy stworzenia same tworzą krąg i każde wgryza się w ogon zwierzęcia, które znajduje się przed nim.

Piastę, która jest pierwszym kręgiem koła, otacza drugi, większy krąg. Jest on podzielony pionowo na dwie połowy: białą i czarną. W obu połowach widać postacie mężczyzn i kobiet. Postacie w białej połowie poruszają się w górę, nawet płyną w górę, jakby w stronę dźwięku pięknej muzyki. Na ich twarzach maluje się zachwyt, szczęście. Niektóre trzymają się za ręce. Wszystkie patrzą w górę, w kierunku zenitu. Z drugiej strony, w czarnej połowie, postacie poruszają się w dół. A właściwie nie tyle się poruszają, co lecą w dół na łeb, na szyję. Niektóre łapią się za głowę. Inne są nagie i zdeformowane. Jeszcze inne są skute razem. Na twarzach wszystkich maluje się wyraz cierpienia i przerażenia.

Następny krąg koła jest zdecydowanie największy. Podzielony jest sześcioma szprychami na sześć części. W każdej części przedstawiony jest

cały świat (albo wiele światów) lub – jeśli ktoś woli – każdą część można uważać za stan umysłu czy poziom świadomości. Porządek bywa różny, ale zawsze na samej górze widzimy bogów, czyli dewów[71]. Mieszkają w cudownych pałacach. Mogą korzystać z wszelkiego rodzaju rozkoszy. Życie upływa im niczym przyjemny sen. Niektórzy bogowie mają ciała utworzone ze światła i porozumiewają się przy pomocy myśli.

Następnie, poruszając się po tym kręgu zgodnie z ruchem wskazówek zegara, widzimy asurów. Żyją oni w stanie ciągłej wrogości i zazdrości. Bezustannie walczą o owoce drzewa spełniającego życzenia. Noszą zbroję i trzymają broń.

W następnej części u góry widzimy pretów[72], czyli głodne duchy. Mają olbrzymie nabrzmiałe brzuchy, ale cienkie szyje i małe usta podobne do igielnego ucha. Wszystkie są straszliwie głodne, ale każde pożywienie, jakiego się tkną, zamienia się w ogień albo w nieczystości.

W dolnej części widzimy istoty w stanie udręki. Jedne tkwią zamarznięte w lodowych blokach, inne stoją w płomieniach. Niektórym ścina się głowy, inne przepiłowuje. Niektóre pożerane są przez potwory.

Następnie widzimy różne gatunki zwierząt: ryby, owady, ptaki, gady, ssaki. Duże, małe, łagodne, drapieżne. Zauważamy, że wszystkie występują parami, samiec i samica, i wszystkie poszukują pokarmu.

W ostatniej części widzimy ludzi, domy i ziemię. Ogrody i pola. Niektórzy ludzie uprawiają ziemię. Orzą, sieją, zbierają plony. Inni kupują i sprzedają. Jeszcze inni dają jałmużnę. Niektórzy medytują.

To jest sześć części tego kręgu koła; tworzą one sześć światów albo sześć różnych stanów umysłu. Mieszkańcy tych światów nie pozostają w nich bez końca. Znikają z jednego świata, aby pojawić się ponownie w innym. Nawet bogowie, chociaż przebywają bardzo długo w swoim świecie, znikają i pojawiają się ponownie gdzieś indziej.

Ostatni krąg koła – jego brzeg – podzielony jest na dwanaście części. Widzimy w nich dwanaście scen przedstawiających etapy procesu, poprzez który żyjące istoty przechodzą z jednego świata do drugiego (opisanych w poprzednim kręgu), a w niektórych przypadkach pojawiają się ponownie w tym samym świecie. W porządku zgodnym z ruchem wskazówek zegara

71 Liczba poj. to dewa – przyp. red.
72 Liczba poj. to preta – przyp. red.

te dwanaście scen, to: 1) ślepiec z laską, 2) garncarz z kołem i garnkami, 3) małpa wspinająca się na kwitnące drzewo, 4) łódź z czterema pasażerami, z których jeden steruje, 5) pusty dom, 6) mężczyzna i kobieta obejmujący się, 7) człowiek ze strzałą w oku, 8) kobieta oferująca napój siedzącemu mężczyźnie, 9) mężczyzna zrywający owoc z drzewa, 10) ciężarna kobieta, 11) kobieta rodząca dziecko, 12) mężczyzna niosący zwłoki na pole kremacji.

Koło trzyma z tyłu straszny potwór – półdemon, półzwierzę. Jego głowa wystaje nad kołem. Posiada troje oczu, długie kły i koronę z czaszek. Po obu stronach koła widać jego szponiaste łapy i zwisający u dołu ogon. Takie jest wiecznie obracające się koło życia.

Ale zawiera ono coś jeszcze. Powyżej koła po prawej stronie znajduje się postać w żółtej szacie, która wskazuje palcem. Wskazuje na przestrzeń pomiędzy siódmą a ósmą częścią najbardziej zewnętrznego kręgu koła (między wizerunkiem człowieka ze strzałą w oku a obrazem kobiety dającej napój siedzącemu mężczyźnie). Widzimy, jak w tej przestrzeni pojawia się drugi obraz, który Budda ujrzał w swojej wizji ludzkiej egzystencji. To nie tyle symbol, co nagromadzenie kilku symboli. Zmieniają się one, kiedy na nie patrzymy.

Początkowo wygląda to jak ścieżka ciągnąca się w dal. Wije się, to między uprawnymi polami, to przez gęsty las. Przecina bagna i pustynie, szerokie rzeki i głębokie wąwozy. Wije się wokół podnóża potężnych gór, na szczytach których spoczywają chmury. W końcu znika za horyzontem. Ale symbol się zmienia. Ścieżka się prostuje, wznosi. Staje się wielką drabiną albo schodami. Ta drabina sięga z nieba do ziemi i z ziemi do nieba. Zrobiona jest ze złota, srebra i kryształu. Lecz symbol znowu się zmienia. Drabina staje się wąska, mocna, trójwymiarowa i zielona. Staje się pniem gigantycznego drzewa pokrytego olbrzymimi kwiatami. Kwiaty niżej są stosunkowo małe, a te znajdujące się wyżej są o wiele większe. Na szczycie drzewa, świecący jak słońce, znajduje się największy kwiat. W kielichach tych kwiatów siedzą wszelkiego rodzaju piękne i promieniejące postacie: postacie buddów i bodhisattwów, arahantów, daków i dakiń.

Właśnie tę wizję Budda ujrzał, siedząc pod drzewem Bodhi. To jest jego wizja ludzkiego życia przekazana za pomocą pojęć i symboli. Jej znaczenie całkiem łatwo rozszyfrować. To wizja możliwości. Wizja alternatyw. Z jednej strony istnieje cykliczne uwarunkowanie, z drugiej spiralne. Z jednej strony mamy reaktywny umysł, z drugiej umysł kreatywny.

Można albo być w zastoju, albo się rozwijać. Można siedzieć i przyjmować napój z ręki kobiety albo można odmówić napoju i stanąć na własnych nogach. Można dalej biernie i beznadziejnie obracać się na kole albo podążać ścieżką, wspiąć się po drabinie i usiąść pośród roślin i kwiatów. Nasz los leży w naszych rękach.

SZEŚĆ SFER

W tym rozdziale powracamy do koła życia – tym razem jako lustra, w którym możemy się obserwować, jeśli tylko zechcemy w nie spojrzeć. W kogucie, wężu i świni, znajdujących się w centrum koła i przedstawiających umysłowe trucizny w naszych sercach, dostrzegamy samych siebie. Widzimy następnie alternatywę, dwie ścieżki, które możemy obrać: jedna prowadząca w górę, druga w dół. Przeglądając się w lustrze ponownie, stwierdzamy, że mamy swój odpowiednik w jednym z sześciu przedstawionych światów: bogów, tytanów, głodnych duchów, istot piekielnych, zwierząt lub ludzi. Na koniec, spoglądając w lustro, dostrzegamy ścieżkę wyprowadzającą nas ze świata, w którym tkwimy.

Koło życia przedstawia się często na ścianach świątyń i klasztorów, a także na malowanych zwojach w całym Tybecie i przyległym, szczególnie himalajskim, obszarze. Ale koło życia nie jest obrazem. To coś zupełnie innego. Dlatego chcę poprosić, żebyśmy spojrzeli na nie jeszcze raz i to nie tylko na nie, ale w nie, ponieważ w rzeczywistości jest ono zwierciadłem. Jest zwierciadłem, w którym widzimy siebie.

Można nawet powiedzieć, że składa się nie z czterech koncentrycznych kręgów, ale z czterech zwierciadeł, z których każde większe jest od poprzedniego. Można też powiedzieć, że patrzymy w lustro cztery razy i za każdym razem, kiedy patrzymy, widzimy się coraz wyraźniej. Koło życia jest magicznym lustrem, a nawet kryształową kulą, w którą możemy się wpatrywać. Spójrzmy zatem w to zwierciadło, w tę kryształową kulę. Spójrzmy nie tylko cztery razy, ale tyle razy, ile będzie trzeba i miejmy odwagę zobaczyć siebie.

Spojrzenie w lustro

Kiedy patrzymy w lustro po raz pierwszy, widzimy trzy zwierzęta: koguta, węża i świnię. Zwykle słyszymy, że reprezentują one trzy trucizny umysłu:

chciwość, niechęć i niewiedzę, oraz że są obecne w naszych własnych sercach. Ale w ten sposób zbyt łatwo pozbywamy się problemu. Takie wyjaśnienie jest – jeśli mogę się tak wyrazić – racjonalizacją, usprawiedliwieniem wysuniętym we własnej obronie. W końcu, doznamy znacznie większego szoku, kiedy patrząc w lustro, zobaczymy nie rzekomo ludzką twarz, której się spodziewaliśmy, lecz twarz ptaka (koguta), gada (węża) i zwierzęcia (świnię). A właśnie to widzimy w lustrze. To my. Inaczej mówiąc, bezpośrednio doświadczamy naszej własnej zwierzęcej natury – jesteśmy tylko zwierzęciem, nawet tylko bestią; widzimy, że nie jesteśmy tak ludzcy, tak cywilizowani, jak sądziliśmy. To zrozumienie staje się początkiem życia duchowego. Widzimy, jacy naprawdę jesteśmy u samego dna. Widzimy siebie takich, jakimi jesteśmy, rozpoznajemy, że jesteśmy tacy i – idziemy dalej.

Pójście dalej z tego punktu oznacza przede wszystkim, że – po tym, jak doszliśmy do siebie po pierwszym spojrzeniu – patrzymy w lustro po raz drugi. Tym razem widzimy w lustrze dwie ścieżki. Jedna prowadzi w górę, druga w dół. Jedna jest biała, druga czarna. Inaczej mówiąc, widzimy, że mamy wybór: iść w górę albo w dół, rozwijać się albo cofać. To takie proste, a wybór należy do nas. Stoimy przed wyborem w każdej minucie dnia: w każdej sytuacji, w której się znajdujemy, musimy zdecydować, czy będziemy się wznosić, czy opadać, iść białą ścieżką, czy czarną. Wybór należy do nas.

Przypuśćmy, że przemyślawszy wszystko, postanawiamy iść w górę, podążać białą ścieżką, rozwijać się. Wtedy powstaje pytanie o to, co musimy zrobić, żeby się rozwijać. Jaki jest następny krok? Powinien on zależeć od tego, gdzie jesteśmy teraz. Żeby odkryć, gdzie teraz jesteśmy, patrzymy w lustro po raz trzeci.

Czasem, kiedy patrzymy w lustro ten trzeci raz, widzimy szczęśliwą, uśmiechniętą, pogodną twarz – widzimy twarz boga. Czasem widzimy złą, agresywną twarz – twarz tytana. Czasem widzimy twarz wygłodzoną, z zapadłymi oczami, zaciśniętymi ustami, z wyrazem niezadowolenia – twarz głodnego ducha. Przy innej okazji widzimy nieszczęśliwą, zgnębioną, nawet udręczoną twarz – twarz kogoś w piekle. A czasem widzimy twarz z długim nochalem, z zarostem albo z wielkimi, ostrymi zębami – twarz zwierzęcia. Czasem, spoglądając w lustro, widzimy zwykłą ludzką twarz. Cokolwiek w danym momencie widzimy w lustrze, to zawsze jesteśmy my.

Sześć światów

Sześć części, na które podzielony jest trzeci krąg koła życia, można uważać za sześć światów, sześć rzeczywistych sfer egzystencji (sfery bogów, tytanów, głodnych duchów, istot piekielnych, zwierząt i ludzi). Żyjące istoty odradzają się w określonej sferze skutkiem ich karmy i żyją w tej sferze, dopóki karma się nie wyczerpie. To jest jednak tylko połowiczna prawda. Sześć części trzeciego kręgu reprezentuje również sześć stanów umysłu, których możemy doświadczać tu i teraz, podczas naszego obecnego ludzkiego życia. Czasem doświadczamy tych stanów umysłu tak mocno, iż w danym momencie wydaje się, że żyjemy w innym świecie – w niebie, w piekle albo wśród głodnych duchów i tak dalej. Inaczej mówiąc, doświadczamy ich niemal jako stany istnienia, a nie jako stany umysłu. Spójrzmy zatem na każdy z sześciu światów w tym świetle: jak na stany umysłu czy stany istnienia, a nie jak na sfery egzystencji.

Zacznijmy od świata bogów. Reprezentuje on szczęśliwy, radosny stan umysłu, stan odprężenia, zadowolenia, spokoju. To stan, w którym wszystko idzie gładko, w którym nie ma przeszkód, trudności ani problemów. Jest to też stan doświadczenia estetycznego. Nawet stan medytacji, w bardziej ograniczonym znaczeniu tego słowa (medytacja jako doświadczenie wyższych stanów świadomości, niedające bezpośredniego dostępu do wymiaru transcendentalnego).

Następnie – świat asurów czy tytanów. To stan umysłu zdominowany przez agresję, rywalizację. Jest w nim dużo energii – może zbyt wiele – skierowanej wyłącznie na zewnątrz. Jest niepokój, podejrzenie, zazdrość. Asurów przedstawia się w kole życia jako walczących z bogami o drzewo spełniające życzenia[73]. Zatem istota przejawiająca ten stan umysłu dąży do bezgranicznego materialnego bogactwa, dąży, można powiedzieć, do coraz wyższego standardu życia, walczy o ciągłe podwyżki pensji i tak dalej. To stan asertywnego egotyzmu: zawsze chce się być lepszym od innych albo w jakiś sposób wyższym od innych. To stan, w którym chce się kontrolować innych ludzi, stosować wobec nich przemoc, dominować nad nimi.

[73] Więcej o drzewie spełniającym życzenia, zob. A. Kennedy (Dharmachari Subhuti), *The Buddhist Vision*, Rider, London 1985, s. 131-2.

Po trzecie, świat pretów, czyli głodnych duchów. To stan neurotycznego pragnienia. Pragnienie jest neurotyczne, kiedy albo oczekujemy od jego przedmiotu czegoś więcej niż ten przedmiot z samej swojej natury może dać, albo nawet czegoś całkiem innego od tego, co ten przedmiot jest w stanie dać. Na przykład neurotyczne pragnienie jedzenia. Czasem ludzie pochłaniają olbrzymie ilości jedzenia (zwykle słodycze), w rzeczywistości często wcale nie będąc głodnym. Jedzenie zastępuje w tym przypadku coś innego. Psychologowie twierdzą, że ludzie niepotrzebnie konsumujący wielkie ilości jedzenia z powodów psychologicznych, tak naprawdę chcą uczucia. Neurotyczne pragnienie jest bardzo często obecne w osobistych relacjach, szczególnie tych bardziej intymnych. W niektórych przypadkach jest ono obecne w takim stopniu, że relacja wygląda tak, jakby jeden głodny duch próbował pożreć drugiego.

Po czwarte, świat dręczonych istot, istot piekielnych. To stan nieznośnego cierpienia umysłowego, nerwowego napięcia lub załamania. W przypadkach krańcowych jest to nawet stan obłędu. Mamy różne przyczyny tego stanu umysłu. Może to być, na przykład, długotrwałe niezaspokojenie naturalnych ludzkich popędów, nagła nieoczekiwana bolesna strata albo nieświadome konflikty mentalne. Jakikolwiek byłby konkretny powód, przyczynia się on do intensywnego umysłowego cierpienia. Ten stan przedstawiają istoty w piekle.

Po piąte, świat zwierząt. To stan czysto zmysłowych przyjemności. W tym stanie jesteśmy zainteresowani tylko jedzeniem, seksem i prostymi materialnymi wygodami. Kiedy te pragnienia zostają zaspokojone, stajemy się bardzo łagodni, nawet potulni, ale kiedy nie – stajemy się niebezpieczni jak dzikie zwierzę.

Po szóste, świat ludzi. To charakterystyczny dla człowieka stan świadomości. Nie jest to ani stan ekstazy, ani udręki, ani zaciekłej rywalizacji, ani bezmyślnej zmysłowości, ani nawet neurotycznego pragnienia. W tym stanie jesteśmy świadomi siebie i innych ludzi. W tym stanie zaspokajamy w rozsądny sposób obiektywne ludzkie potrzeby, ale jednocześnie widzimy, że one mają swoje ograniczenia. W tym stanie poświęcamy się rozwojowi duchowemu. To jest prawdziwie ludzki stan, ale tego stanu większość ludzkich istot doświadcza tylko sporadycznie, a może nigdy.

Gdybyśmy chcieli podsumować to wszystko w sposób epigramatyczny, moglibyśmy powiedzieć, że świat bogów odpowiada światowi

wyższych estetycznych przyjemności – osiąganych przy pomocy sztuk pięknych albo medytacji, świat tytanów odpowiada światowi polityki, biznesu i związków zawodowych, świat głodnych duchów odpowiada światowi romansu albo symbiotycznych relacji, świat dręczonych istot odpowiada światowi choroby umysłowej, a świat ludzi odpowiada światowi prawdziwie ludzkich istot, prowadzących prawdziwie ludzkie życie.

Sześciu buddów

W przedstawieniach koła życia sześciu buddów pojawia się pośrodku sześciu światów, jeden budda w każdym świecie. Zgodnie z naukami tradycyjnego buddyzmu tybetańskiego, buddowie ci są manifestacjami bodhisattwy Awalokiteśwary, który ucieleśnia współczujący aspekt Oświecenia. Każdy z sześciu buddów, sześciu manifestacji Awalokiteśwary, trzyma szczególny przedmiot. Ten przedmiot jest potrzebny istotom w świecie, w którym dany budda się pojawia, albo wskazuje na następny krok, który ma zrobić osoba w określonym stanie umysłu.

W świecie bogów pojawia się biały budda. Przedmiot w jego dłoni to wina, czyli lutnia. Gra na lutni melodię nietrwałości. Oznacza to, że kiedy jesteśmy w stanie przyjemności estetycznej, następnym krokiem powinno być przypomnienie sobie, że to nie jest trwały stan. Musimy przypomnieć sobie, że takich przyjemności estetycznych, nawet największych, nie można mylić z najwyższą błogością Nirwany. Chociaż teraz wszystko układa się dobrze, chociaż jesteśmy szczęśliwi, zadowoleni, radośni, zachwyceni, nie osiągnęliśmy jeszcze Nirwany, a przeciwnie – do Nirwany jest nam jeszcze bardzo daleko.

Tu dochodzimy do kwestii, na który tradycja buddyjska kładzie wielki nacisk: długotrwałe szczęście może być duchowo niebezpieczne, jeśli nie katastrofalne. Jeśli jesteśmy cały czas szczęśliwi, jeśli zawsze dostajemy to, czego chcemy, jeśli nie mamy żadnych problemów, to na ogół stajemy się zadowoleni z siebie, zbyt pewni, nawet niedbali i nierozważni – zapominamy, że jesteśmy śmiertelni, że życie jest krótkie, że czas jest cenny. Dotyczy to przyjemności płynącej ze sztuk pięknych, a nawet przyjemności płynącej z wyższego estetycznego doświadczenia medytacji (medytacji w wąskim rozumieniu tego słowa). Musimy niejako przejść prosto

z wyżyn naszych światowych doświadczeń, w tym wypadku estetycznych, do doświadczenia transcendencji.

Nawiasem mówiąc, warto zauważyć, że budda w sferze bogów nie daje wykładu o nietrwałości, ale gra melodię nietrwałości na lutni. Bogowie – czy ludzie w stanie umysłu bogów – doznają stanu wyższego doświadczenia estetycznego, który chociaż faktycznie jest stanem wyższym, to jednak jest stanem zbytniego zadowolenia z siebie. Biały budda budzi ich do wyższych transcendentalnych prawd i Rzeczywistości – melodia nietrwałości przekazuje przesłanie nietrwałości. Ale nie robi tego przy pomocy środków filozoficznych, religijnych czy intelektualnych, ale artystycznych.

W świecie asurów pojawia się zielony budda wymachujący płonącym mieczem. To jest miecz Mądrości transcendentalnej. Oznacza to, że kiedy rywalizujemy i bywamy w stanie agresji, następnym krokiem jest rozwinięcie intelektualnego Wglądu w Prawdę i Rzeczywistość.

Doprowadza nas to do interesującej kwestii, którą doktor Conze pokrótce omówił w eseju zatytułowanym *Nienawiść, miłość i doskonała Mądrość*[74]. Osoba o naturze asury, tytana, wroga bogów, opanowana jest przez nienawiść. Nienawiść, według tradycji buddyjskiej, przypomina Mądrość, a Mądrość jest podobna do nienawiści. Jeśli masz dużo złości i nienawiści, możesz, jakby się to nie wydawało dziwne, całkiem łatwo rozwinąć Mądrość (to nie jest Mądrość w zwykłym znaczeniu wiedzy intelektualnej, ale Mądrość w znaczeniu intelektualnego wniknięcia w Prawdę i Rzeczywistość, co jest doświadczeniem duchowym). Charakterystyczne dla nienawiści jest to, że pragnie zniszczyć znienawidzony obiekt. Jeśli naprawdę się czegoś nienawidzi, chce się to zniszczyć, zmiażdżyć; jeśli naprawdę się kogoś nienawidzi, chce się go unicestwić, wykończyć, obrócić go w proch i pył, którym był wcześniej! Może nie zawsze się do tego przed sobą przyznajemy, ale to właśnie czasem chcemy zrobić z czymś czy kimś znienawidzonym. Charakterystyczne dla nienawiści jest niszczenie i zabijanie – w najszerszym znaczeniu tego słowa. Cechą charakterystyczną czy funkcją Mądrości transcendentalnej jest także niszczenie i zabijanie. Mądrość transcendentalna dąży do zniszczenia wszystkiego, co jest nierzeczywiste, iluzoryczne; stara się usunąć wszystko, co stoi

---

74 E. Conze, *Thirty Years of Buddhist…*

na jej drodze, wszystko, co nie jest Rzeczywistością, Prawdą, stanem buddy. (Mądrość transcendentalną symbolizuje piorun, ponieważ piorun jest najpotężniejszą rzeczą na świecie, zdolną do zniszczenia wszystkich przeszkód. *Wadżraczedika pradżniaparamita sutra*, słynna *Sutra diamentowa*[75], jest rozprawą o Doskonałej Mądrości, która przecina jak piorun lub diament). To w tej ogólnej cesze destrukcyjności, w jednym wypadku niezręcznej, w innym wypadku bardzo zręcznej[76], odnajdujemy podobieństwo między nienawiścią a Mądrością transcendentalną.

Zauważmy, że ludzie o gwałtownym usposobieniu często miewają dobrze rozwinięty intelekt, żeby nie powiedzieć – wysoko rozwinięty. Muszę szczerze powiedzieć, że zauważyłem to wśród wschodnich uczonych (specjalizujących się w badaniach nad językami pali, sanskrytem, tybetańskim, chińskim i japońskim). Tacy uczeni, którzy specjalizują się w buddyzmie i piszą z naukowego punktu widzenia o miłości, medytacji i wyższych doświadczeniach duchowych, często mają zły humor i kłócą się, szczególnie między sobą.

Ogromna energia zawarta w nienawiści może zostać skierowana na czysto intelektualne tory i użyta do odkrycia i urzeczywistnienia Prawdy. Osoba o naturze asury może walczyć nie tylko z bogami, ale niejako walczyć o Prawdę i ją zdobyć, przynajmniej poprzez podejście intelektualne, i może to zrobić efektywniej niż ludzie łatwiejsi w kontaktach.

W świecie pretów, głodnych duchów, pojawia się czerwony budda. Obdziela je jedzeniem i piciem, które są w stanie spożyć. To znaczy, że kiedy jesteśmy w stanie neurotycznego pragnienia, następnym krokiem powinien być powrót do obiektywizmu i do teraźniejszości. Musimy zrozumieć, co pożądany obiekt może nam naprawdę dać, a czego nie może. Musimy zobaczyć, czego naprawdę pragniemy – czy to jest faktycznie pożądany obiekt. Musimy zobaczyć, skąd pochodzi pragnienie, a w końcu je właściwie zaspokoić albo po prostu usunąć.

W świecie dręczonych istot pojawia się budda w kolorze dymu. Częstuje istoty w piekle amritą, nektarem, ambrozją. Występują dwa wyjaśnienia tej sceny, trochę sprzeczne, i jedno głębsze, a drugie mniej. To płytsze jest takie, że kiedy intensywnie cierpimy, szczególnie mentalnie, następnym

[75] E. Conze, *Thirty Years of Buddhist…*
[76] Tamże, zob. s. 128.

krokiem powinna być odrobina wytchnienia od tego cierpienia: potrzebujemy trochę spokoju, relaksu. Wielu ludzi nie może niczego lepszego zrobić w tych warunkach. Bardzo często, kiedy ludzie intensywnie psychicznie cierpią, potrafią myśleć jedynie o chwili wytchnienia.

Głębsze i lepsze wyjaśnienie stanowiące większe wyzwanie, związane jest ze słowem amrita. Amritę zwykle tłumaczy się jako nektar czy ambrozję, ale w wielu tekstach buddyjskich wystepuje też jako synonim Nirwany. Nirwanę często określa się jako amritapadę (pali: amatapada): nieśmiertelny lub wieczny stan, stan ambrozji. Budda w kolorze dymu daje istotom w piekle nie ambrozję, ale Nirwanę. Oznacza to, że kiedy jesteśmy w stanie intensywnego cierpienia, następnym krokiem jest osiągnięcie Nirwany. To tak, jakbyśmy niczego już nie mogli zrobić z naszym cierpieniem, jak tylko wejść prosto w Nirwanę. Nie ma dla nas innej nadziei: światowe nadzieje załamały się. Istnieje związek pomiędzy intensywnym umysłowym cierpieniem i podatnością na wyższe osiągnięcia duchowe.

W świecie zwierząt pojawia się niebieski budda. Pokazuje zwierzętom księgę. Oznacza to, że kiedy tkwimy w barbarzyństwie i dzikości, stanach reprezentowanach przez zwierzęta, następnym krokiem powinno być ucywilizowanie się, zaznajomienie ze sztuką i nauką, z kulturalnym życiem ludzkości, ponieważ te osiągnięcia uszlachetniają, a trudne, jeśli nie niemożliwe, jest przejście z poziomu barbarzyństwa i dzikości umysłowej wprost do życia duchowego.

Widzimy to na przykładzie buddyzmu, który przez całą swoją historię był nośnikiem kultury na Wschodzie. Nie tylko rozprzestrzenił na terenie całej Azji duchową naukę buddyzmu, ale też wyższą kulturę Indii. Robił to w określonym duchowym celu, ponieważ świecka, humanistyczna kultura tworzyła podstawę dla wyższego życia duchowego. Dlatego też teksty mahajany często mówią, że bodhisattwa, idealny buddysta, powinien być mistrzem sztuki i nauki.

Na koniec, w świecie ludzi pojawia się budda w kolorze szafranowym. Trzyma miskę żebraczą i laskę z trzema pierścieniami, które są insygniami religijnego żebraka, a tym samym życia duchowego. Oznacza to, że kiedy znajdujemy się w prawdziwie ludzkim stanie, następnym krokiem jest poświęcenie się całym sercem rozwojowi duchowemu: kiedy osiągnęliśmy stan ludzki, to rozwój powinien być naszym głównym zainteresowaniem.

DWANAŚCIE OGNIW

Dwanaście ogniw tworzy razem łańcuch uwarunkowanego współtworzenia. Uwarunkowane współtworzenie jest nauką tłumaczącą powstawanie wszystkiego i składa się z dwunastu ogniw lub etapów ułożonych w sekwencję. Każde z ogniw powstaje w zależności od poprzedniego lub jest przez nie uwarunkowane. Razem przedstawiają one ogólną buddyjską zasadę filozoficzną uniwersalnego uwarunkowania zastosowaną do procesu stawania się, czyli życia, śmierci i ponownego odrodzenia.

Nauka o dwunastu ogniwach (nidanach) uwarunkowanego współtworzenia stanowi zastosowanie ogólnej buddyjskiej filozoficznej zasady powszechnego uwarunkowania do procesu odrodzenia. Odrodzenie nie należy obecnie do tych aspektów buddyzmu, które szczególnie pociągają ludzi. Niemniej jednak ma ono wielkie znaczenie, szczególnie historyczne; jest integralną częścią całej buddyjskiej nauki. Różne aspekty buddyzmu budzą wielkie zainteresowanie w różnych czasach, a my powinniśmy próbować osiągnąć równowagę między tymi aspektami. Możliwe jest to tylko wtedy, gdy sami staniemy się psychologicznie i duchowo zrównoważeni. Jeśli odkryjemy, że jeden aspekt przemawia do nas bardzo silnie, dzieje się tak zwykle dlatego, że w nas samych zachwiana jest równowaga i występuje pewna potrzeba, z którą ten aspekt nauki koresponduje. Kiedy stajemy się coraz bardziej zrównoważeni, odkrywamy, że coraz mniej pociąga nas jakiś szczególny aspekt, a wzrasta nasze zainteresowanie całością nauki.

Współzależne powstawanie

Nauka pratitja-samutpada, czyli o współzależnym powstawaniu (lub uwarunkowanym współtworzeniu), odnosi się do procesu tworzenia albo powstawania i opisuje go za pomocą dwunastu nidan, czyli dwunastu ogniw serii lub łańcucha. Każde z ogniw powstaje w zależności od poprzedniego albo jest przezeń uwarunkowane. Dlatego mówimy o uwarunkowanym współtworzeniu albo zależnym powstawaniu kolejnych ogniw, jedno po drugim w serii.

Zobaczmy, czym jest każda z tych nidan, choć warto zauważyć, że niektóre teksty wymieniają pięć nidan, a inne dziesięć (jednak

standardowa liczba to dwanaście). Nie powinniśmy zapominać o istnieniu wyliczeń pięciokrotnych i dziesięciokrotnych, ponieważ przypominają nam o tym, że tego rodzaju list nie należy traktować zbyt dosłownie. Nie wyobrażajmy sobie, że jakiś przedmiot dosłownie dzieli się na określoną liczbę części. Nie chodzi o to, że Ośmioraka Ścieżka[77] jest dosłownie złożona z ośmiu oddzielnych części. Takie podziały służą tylko celom praktycznym. Studiując dwanaście nidan, powinniśmy próbować zrozumieć z ich pomocą istotę uwarunkowania, zamiast wciskać je w jakąś ustaloną strukturę.

Niewiedza

Pierwszą nidaną jest awidja (pali: awidżdża), czyli niewiedza. W pewnym sensie jest ona najważniejsza ze wszystkich nidan. Jest to nie tyle niewiedza w sensie intelektualnym, co brak czy niedostatek duchowej świadomości, a nawet duchowej natury. W tym sensie awidja jest dokładnym przeciwieństwem Bodhi, Oświecenia. Bodhi stanowi cel całego procesu ewolucyjnego, szczególnie całego procesu wyższej ewolucji[78]. Tym samym awidja reprezentuje wszystko, co jest za nami – albo pod nami – w tym ewolucyjnym procesie. Jeśli Oświecenie to cel, to niewiedza jest głębią, z której przyszliśmy. Jeśli Oświecenie to szczyt góry, to niewiedza jest doliną, z której stopniowo wyłaniamy się i która leży okryta ciemnościami.

Ściślej biorąc, awidja składa się z różnych niewłaściwych poglądów. Niektóre z nich określone są w tekstach kanonicznych. Na przykład, jest błędny pogląd polegający na widzeniu uwarunkowanego jako Nieuwarunkowanego: myśleniu, że jakiekolwiek zjawisko może trwać wiecznie. To nie jest, oczywiście, intelektualne przekonanie, ale nieświadome założenie: zachowujemy się tak, jakby pewne rzeczy miały trwać wiecznie, dlatego trzymamy się ich kurczowo i jesteśmy nieszczęśliwi, kiedy w końcu musimy je stracić.

Innym błędnym poglądem jest wiara w osobowego Boga, w najwyższą

---

77 Ośmioraka Ścieżka to Czwarta Szlachetna Prawda, czyli ścieżka, która prowadzi do kresu cierpienia. Osiem etapów czy członów to: właściwy pogląd (lub wizja), właściwa determinacja, właściwa mowa, właściwe działanie, właściwy zarobek, właściwy wysiłek, właściwa świadomość, właściwa medytacja. Sangharakszita woli słowo „doskonała" zamiast „właściwa" i drugi etap tłumaczy jako „doskonałe emocje". Zob. Sangharakszita, *Wizja i transformacja…*

78 Zob. przyp. 10.

istotę. Buddyzm, podobnie jak psychoanaliza, uważa figurę Boga za coś w rodzaju projekcji postaci ojca, gloryfikowanego wyobrażenia ojca z dzieciństwa, na pomoc którego liczymy, kiedy wpadamy w tarapaty. Buddyzm uważa tego rodzaju wierzenie, tego rodzaju zależność, za przejaw niedojrzałości duchowej.

Wiara w skuteczność czysto zewnętrznych działań – niezależnie od tego, czy są racjonalnie uzasadnione, czy nie – uważana jest za rezultat błędnych poglądów. Dla większości czytelników takie działania mogą się wydawać niepotrzebną stratą czasu i energii. Ale po dwudziestu latach spędzonych w Indiach, gdzie napatrzyłem się na ludowy hinduizm, nie wydaje mi się, żeby w innych częściach świata uważano je za stratę czasu. Nawet obecnie wielu ortodoksyjnych hinduistów szczerze wierzy w oczyszczające właściwości wody Gangesu. Jeśli zanurzysz się w tych wodach, twoje grzechy zostaną zmyte. Wykształceni, inteligentni hinduiści – niektórzy wykształceni na Zachodzie – będą poważnie i szczerze bronili tego wierzenia.

To przypomina mi historyjkę o Ramakrysznie, wielkim mistyku hinduskim z końca XIX wieku. Zapytano go kiedyś: „Czy to prawda, jak mówią ortodoksi, że kiedy zanurzysz się w Gangesie, twoje grzechy zostaną zmyte?". Ramakryszna nie chciał obrazić uczuć ortodoksów, ale nie chciał też samemu rozpowszechniać takich wierzeń. Odpowiedział więc pytającemu: „Tak, to prawda, że kiedy zanurzasz się w świętym Gangesie, wszystkie twoje grzechy są zmywane. Ale kiedy wchodzisz do wody, grzechy przybierają formę wron i siadają na sąsiednich drzewach, a kiedy wychodzisz z wody, znowu wracają". W taki sposób wybrnął z kłopotu. Ten przykład pokazuje ludzką skłonność do przywiązywania wagi do działań zewnętrznych.

Można powiedzieć, że reformacja zainicjowana przez Lutra dotyczyła też tej sprawy: czy zewnętrzne obrzędy same w sobie mają wartość. W tym wypadku chodziło o odpusty[79] i całą sakramentalną stronę religii. W tamtych czasach jedna z nauk Kościoła głosiła (i myślę,

[79] W kościele rzymskokatolickim odpust to odpuszczenie doczesnej kary za grzech, której dusza musi doświadczyć w tym życiu albo w czyśćcu, mimo że grzech został wybaczony i rozgrzeszony w sakramencie spowiedzi. Odpust może być zupełny albo częściowy, a odpuszczenie uzyskuje się zwykle dzięki dobrym uczynkom lub recytowaniu pewnych modlitw. Martin Luter, przywódca reformacji protestanckiej, w słynnych tezach, które przybił do drzwi kościoła w Wittenberdze w 1517 r., zaatakował

że nadal głosi w Kościele rzymskokatolickim), że grzeszność księdza w żaden sposób nie osłabia skuteczności sakramentu. Ksiądz może grzeszyć, ile wlezie, ale kiedy wypełnia sakrament, ponieważ wypowiada pewne słowa w pewien sposób, skuteczność sakramentu nie ulega osłabieniu. Luter protestował przeciwko takiemu zewnętrznemu widzeniu religii.

Takie zewnętrzne postrzeganie religii wciąż pojawia się w niektórych kręgach. Niedawno czytałem kilka sprawozdań z obrad ostatniej Rady Watykanu[80]. Uczestniczyły w niej dwie grupy księży. Jedna – mniejsza – chciała utrzymać wszystkie stare, mechaniczne, zewnętrzne rytuały religijne, a druga grupa bardziej postępowych księży chciała je znieść albo przynajmniej zmodyfikować. Wydaje się, że jest to stały element religijnego życia: próba traktowania rzeczy zewnętrznych (działań, ceremonii, rytuałów i sakramentów) tak, jakby same w sobie posiadały wartość i skuteczność, niezależnie od stanu umysłu, w jakim są wykonywane. Tego rodzaj wiara, choć pozornie religijna, naprawdę jest częścią duchowej nieświadomości, awidji.

Nade wszystko jednak duchowa nieświadomość wiąże się z nieznajomością prawa uniwersalnego uwarunkowania.

Formacje karmy

W tekstach buddyjskich czytamy, że w oparciu o niewiedzę powstają formacje karmy (sanskryt: samskary, pali: sankhary). Samskara dosłownie znaczy „przygotowanie" lub „utworzenie" i oznacza tutaj wolę czy akty woli. W tym kontekście słowo to używa się w znaczeniu sumy tych warunków mentalnych, które zgodnie z prawem karmy odpowiadają za utworzenie (czy też przygotowanie lub położenie) podwalin pod pierwszy moment świadomości w „nowym" życiu. W tym kontekście słowo „samskary" często tłumaczy się jako „formacje karmy"; kiedy natomiast

między innymi nadużycie sprzedawania odpustów dla uzyskania funduszy na budowę kościołów i prace restauratorskie.

80 Chodzi o cztery sesje II Rady Watykanu, jakie miały miejsce w Rzymie między 1962 a 1965 r. Wykład, z którego pochodzi ten fragment, został wygłoszony w 1966 r. (Pierwsza Rada Watykanu rozpoczęła się w 1869 r. i została zawieszona w 1870 r., ale nigdy nie została ostatecznie rozwiązana).

to słowo pojawia się w kontekście pięciu skandh[81] (pięciu skupisk), zwykle tłumaczone jest jako „akty woli".

W istocie samskary to akty czy impulsy woli związane z różnymi stanami umysłu. Te stany umysłu mogą być zręczne albo niezręczne (w swoich pierwotnych tekstach buddyzm unika słów takich jak dobro i zło, a zamiast tego używa określeń zręczne i niezręczne). Niezręczne stany mentalne zdominowane są przez chciwość, nienawiść i wewnętrzny zamęt. W zręcznych stanach mentalnych dominuje szczodrość, miłość i jasność umysłu. Wszystkie te akty woli mogą być wyrażane za pomocą ciała, mowy i umysłu.

Akty woli zakorzenione w niezręcznych stanach umysłu przynoszą w rezultacie to, co popularnie nazywa się „złym odrodzeniem"; te, które zakorzenione są w zręcznych stanach, przynoszą w rezultacie „dobre odrodzenie". Trzeba jednak zauważyć, że według buddyzmu oba ostatecznie zakorzenione są w niewiedzy. Buddyzm powiedziałby, że pragnienie dobrego odrodzenia, a nawet praca na rzecz dobrego odrodzenia są tak samo wytworem niewiedzy w duchowym sensie, jak praca na rzecz złego odrodzenia, ponieważ odrodzenie (nawet dobre) nie stanowi celu buddyzmu. Celem buddyzmu jest całkowite wyzwolenie z kręgu uwarunkowanej egzystencji: kręgu narodzin, śmierci i odrodzenia.

By ukazać związek między niewiedzą i formacjami karmy, Budda używa dosadnego porównania. Mówi, że stan niewiedzy podobny jest do stanu upojenia alkoholowego, a samskary są jak działania, które wykonujemy w tym stanie. Mówi, że większość ludzi w swoich zwykłych codziennych zachowaniach, nawet w konwencjonalnych praktykach religijnych, nie jest lepsza, z duchowego punktu widzenia, od pijanych ludzi robiących różne głupoty. Taki jest prawdziwy stan większości z nas. Jesteśmy pijani, ponieważ jesteśmy pogrążeni w duchowej nieświadomości i wszystko, co robimy, mówimy i myślimy w taki czy inny sposób – jest

---

81 Pięć skandh to pięć skupisk czy gromad tworzących indywidualnego człowieka i reprezentowanych przez jedną z kolejnych nidan, namarupę; wszystkie elementy psychofizycznego organizmu można zaliczyć do którejś z pięciu skandh. Są to: rupa (forma/ciało), wedana (uczucie/doznania), samdżnia (percepcja albo poznanie), samskary (akty woli) i widżniana (świadomość). Interesujące krótkie omówienie skandh, zob. A. Kennedy, *The Buddhist Vision…*, s. 97-100; także Sangharakszita, *Wprowadzenie do buddyzmu*, s. 230-233 – przyp. red.).

jej rezultatem. Pijanemu człowiekowi może się wydawać, że wszystko co robi i myśli, jest mądre i jasne, ale w rzeczywistości jest wyrazem jego upojenia; podobnie możemy robić, mówić i myśleć najróżniejsze rzeczy – możemy angażować się w działalność charytatywną, najróżniejsze konwencjonalne praktyki religijne, ale to wszystko jest wyrazem duchowej nieświadomości.

Świadomość

W oparciu o formacje karmy powstaje świadomość (sanskryt: widżniana, pali: wińńana). Nie jest to świadomość w ogólności, ale świadomość w specyficznym znaczeniu „ponownie wiążącej świadomości". Jest tak nazwana, ponieważ na nowo wiąże osobę czy psychikę z psychofizycznym organizmem nowego życia.

Według buddyzmu, żeby doszło do poczęcia człowieka, potrzebne są trzy czynniki. Po pierwsze, musi dojść do stosunku seksualnego. Po drugie, przyszła matka musi być w odpowiedniej fazie cyklu. Po trzecie, musi być to, co teksty popularnie określają jako „istotę, która ma się odrodzić". „Istota" reprezentuje tutaj ostatnią chwilę świadomości należącej do poprzedniej egzystencji, inaczej mówiąc, ponownie wiążącą świadomość. Według szkoły therawady między śmiercią a następnym odrodzeniem nie zachodzi przerwa. Inne szkoły jednak, sarwastiwadini i idący za nimi Tybetańczycy, nauczają, że występuje między nimi stan pośredni. (Opisany jest on w *Tybetańskiej księdze umarłych*[82]).

I tu powstaje bardzo ważne pytanie: kto lub co się odradza? To pytanie jest często stawiane. Ludzie lubią zadawać podchwytliwe pytania, a szczególnie, kiedy mówi się o anatmanie (pali: anatta, doktryna „nie-ja" czyli braku niezmiennej duszy), zadają bystre w swoim mniemaniu pytanie: jeśli nie ma „ja", to kto lub co się odradza? Należy unikać dwóch skrajności. Pierwsza skrajność, to utrzymywanie, że osoba w poprzednim życiu i osoba w obecnym życiu to ta s a m a osoba. Jeśli ktoś się odradza, to jest to ten sam Zbychu czy Krzychu, ta sama Kasia czy Basia, którzy istnieli przedtem; ten sam stary umysł w nowym ciele. Tego rodzaju wierzenie znajdziemy na przykład w *Bhagawad-gicie*, gdzie Sri Kriszna mówi:

---

82 *Tybetańska księga umarłych*, tłum. I. Kania, Oficyna Literacka, Kraków 1991 – przyp. red.

„Czym jest odrodzenie? To jak zmiana ubrania. W taki sam sposób, jak wstajesz rano i postanawiasz założyć nowe ubranie, tak porzucasz stare ciało i bierzesz nowe". Ty sam niejako pozostajesz niezmieniony.

Drugą skrajnością jest twierdzenie, że osoba w poprzednim życiu i osoba w obecnym życiu, to zupełnie różne osoby. Ten pogląd utrzymuje, że uwarunkowanie pochodzące z ciała jest tak podstawowe, że nie można mówić o tej samej osobie: to całkowicie różna osoba. Te dwie skrajności polegają więc na tym, że albo odrodzona osoba jest tą samą osobą, która zmarła, albo różną od tej, która zmarła.

Skrajności te związane są historycznie ze starym hinduskim sporem o naturę przyczynowości. W Indiach istniały, i istnieją nadal, dwie szkoły. Jedna szkoła, satkarjawada, utrzymuje, że przyczyna i skutek są identyczne. Zwolennicy tej szkoły mówią, że kiedy powstaje tak zwany skutek, to naprawdę tylko przyczyna zmieniła swoją formę. Twierdzą, na przykład, że jeśli miałeś bryłę złota (przyczyna), z której zrobiono ozdoby (skutek), to jest to samo złoto, czy nazwiesz je przyczyną, czy skutkiem: jest jedno, jest to samo, nieprzerwane. Z drugiej strony, szkoła asatkarjawada twierdzi, że przyczyna jest jedną rzeczą, a skutek inną. Oba te poglądy, logicznie biorąc, czynią przyczynowość niemożliwą. Jeśli przyczyna i skutek są identyczne, nie można mówić o przyczynie i skutku. Z drugiej strony, jeśli przyczyna i skutek są całkowicie różne, jak można je ze sobą powiązać? W tym wypadku również nie ma przyczynowości. Buddyzm unika tego całego sporu, uważając, że wynika z błędnych przesłanek. Buddyzm nie uczy ani satkarjawady, identyczności przyczyny i skutku, ani asatkarjawady, różnicy między przyczyną i skutkiem, tylko pratitja–samutpady, warunkowości. Mówi, symbolicznie lub abstrakcyjnie, że w oparciu o A powstaje B. Mówi, że związek między tymi dwoma terminami A i B nie może być opisany w terminach identyczności ani różnicy: te dwie kategorie są po prostu nieodpowiednie.

Ten sam pogląd stosuje się też do kwestii odrodzenia. Buddyzm mówi, że nie ma sensu pytać, czy odradza się ta sama, czy inna osoba. Ten, kto się odradza, ani nie jest taki sam, ani różny od tego, który zmarł. Jeśli ująć to formie paradoksu, to prawdziwie buddyjski pogląd brzmi, że następuje odrodzenie, ale nie ma tego, kto się odradza.

Z tego powodu buddyzm unika takich pojęć jak reinkarnacja. Inkarnacja to wejście w ciało; reinkarnacja to ponowne wejście w ciało. Termin

reinkarnacja implikuje, że tak jak w przypadku fragmentu z *Bhagawad-gity*, który przytoczyłem, masz duszyczkę (albo trwałą jaźń), która wskakuje do jednego ciała po drugim, sama pozostając niezmieniona. Właściwym buddyjskim terminem jest punarbhawa (pali: punabhawa*)*, co oznacza ponowne stawanie się, stawanie się znów, a więc nawet nie „odrodzenie".

Nazwa i forma

W oparciu o świadomość powstaje nazwa-i-forma (nama-rupa). Tutaj nama-rupa oznacza po prostu ciało fizyczne (początkowo embrionalne ciało fizyczne) razem z trzema pozostałymi skupiskami umysłowymi: uczuciami (wedana), percepcją (samdżnia) i aktami woli (samskary).

Sześć podstaw

W oparciu o nazwę i formę powstaje sześć podstaw (sanskryt*:* śadajatana, pali: salajatana). Sześć podstaw to po prostu pięć fizycznych narządów zmysłów razem z umysłem (który traktowany jest jako swego rodzaju szósty zmysł, a nawet szósty narząd zmysłu). Nazywane są sześcioma podstawami, ponieważ stanowią podstawy dla naszego doświadczenia zewnętrznego świata.

Kontakt

W oparciu o sześć podstaw powstaje kontakt (sanskryt: sparśa, pali: phassa). To zjawisko reprezentuje wzajemny wpływ narządu i odpowiedniego obiektu. Oko, na przykład, wchodzi w kontakt z formami wizualnymi, inicjując kontakt wzrokowy. W ten sam sposób pozostałych pięć zmysłów wchodzi w kontakt z ich odpowiednimi obiektami zmysłowymi.

Uczucie

W oparciu o kontakt powstaje uczucie (wedana). W zależności od jego pochodzenia wyróżniamy sześć rodzajów uczucia, w zależności do tego, czy zrodziło się z kontaktu wzrokowego czy słuchowego itd. Każde z nich z kolei możę być trojakie: przyjemne, bolesne albo neutralne (ani przyjemne, ani bolesne).

Pragnienie

W oparciu o uczucie powstaje pragnienie (sanskryt: tryszna, pali: tanha). Tryszna, pożądanie czy pragnienie, jest trojaka: kama-tryszna, bhawa-tryszna i wibhawa-tryszna. Kama-tryszna jest pragnieniem doświadczenia zmysłowego. Bhawa-tryszna jest pragnieniem nieprzerwanego istnienia, szczególnie nieprzerwanego istnienia po śmierci, w niebie. Wibhawa-tryszna jest pragnieniem unicestwienia, śmierci. Ten szczególny etap, w którym pragnienie powstaje w oparciu o uczucie, jest bardzo ważnym, nawet decydującym etapem w całym ciągu, ponieważ w tym momencie, jeśli potrafimy nie zareagować pragnieniem na uczucie, łańcuch może zostać przerwany[83].

Przywiązanie

W oparciu o pragnienie powstaje przywiązanie (upadana). Istnieją cztery rodzaje przywiązania. Zwykle myślimy tylko o przywiązaniu do rzeczy materialnych – przyjemności i własności, ale jest to tylko pierwszy rodzaj przywiązania zwany przywiązaniem do przyjemności zmysłowych, czyli do przyjemnych doświadczeń docierających do nas poprzez oczy, uszy, nos itd.

Po drugie, istnieje przywiązanie do dryszti. Dryszti dosłownie oznacza poglądy, ale również opinie, spekulacje, przekonania, łącznie z wszelkiego rodzaju poglądami filozoficznymi i religijnymi. W buddyzmie przywiązanie do własnych wierzeń i przekonań uważa się za niezdrowe. Nie chodzi o to, że nie powinniśmy żywić żadnych przekonań, ale nie powinniśmy się do nich przywiązywać. Można by spytać, skąd mamy wiedzieć, czy jesteśmy przywiązani do swoich przekonań, czy nie? Kryterium jest bardzo proste. Często, kiedy dyskutujemy z kimś i podważamy to, co mówi nasz rozmówca (nie chcemy zaakceptować jakiegoś poglądu, chcemy go przedyskutować, nie jest dla nas oczywisty), zaczyna się on denerwować czy nawet złościć. Jeśli ktoś zachowuje się w ten sposób, nie oznacza to, że jego poglądy, obiektywnie biorąc, są słuszne lub błędne, ale że jest do nich przywiązany i to przywiązanie jest błędne. Przywiązanie to kajdany wiążące nas z kołem narodzin i śmierci. Powinniśmy pamiętać o tej

83 To jest wyjaśnione na s. 57-58.

zbawiennej prawdzie. Jak najbardziej przyjmijmy Trzy Schronienia, karmę i odrodzenie, naukę o pięciu skupiskach, naukę Buddy o medytacji i Nirwanie. Tak, przyjmijmy to wszystko. Próbujmy wprowadzić w życie. Ale nie przywiązujmy się: nie trzymajmy się Dharmy kurczowo tak, że jeśli ktoś ją kwestionuje albo sprzeciwi się nam, poczujemy się zagrożeni i zareagujemy w sposób wrogi, nieprzyjemny.

Po trzecie, istnieje przywiązanie do śila i wrata. Śila to etyka, a wrata to praktyki religijne. Jak wyżej powiedziałem, nie chodzi o to, że są same w sobie niesłuszne, nie chodzi o to, że nie powinniśmy być etyczni czy że nie powinniśmy przestrzegać pięciu wskazań. Ale nie trzymajmy się ich kurczowo: nie trzymajmy się kurczowo wskazań, nie wyobrażajmy sobie, że są celem samym w sobie, nie sądźmy, że samo wykonywanie praktyk wyróżnia nas spośród ludzi. Same praktyki są w porządku (podobnie jak wierzenia i przekonania), ale przywiązanie do nich, psychologiczna stronniczość w stosunku do nich, nie jest w porządku – jest wielkim błędem.

I, po czwarte, istnieje przywiązanie do wiary w trwałą, niezmienną jaźń czy duszę (w ściśle chrześcijańskim znaczeniu), istniejącą odrębnie od pięciu skupisk.

Stawanie się

W oparciu o przywiązanie następuje stawanie się (bhawa). Bhawa jest życiem, czy istnieniem, które na każdym poziomie uwarunkowane jest przez nasze przywiązanie.

Narodziny

W oparciu o stawanie się następują narodziny (dżati).

Rozpad i śmierć

W oparciu o narodziny następuje rozpad-i-śmierć (dżara-marana). Kiedy się urodziłeś, nic na świecie nie może cię ustrzec od rozpadu i śmierci.

To jest dwanaście nidan, dwanaście ogniw współzależnego powstawania. Są one konkretnym przykładem uniwersalnej buddyjskiej zasady uwarunkowania, szczególnie gdy ta zasada zastosowana jest do procesu odradzania się.

ZATRZYMANIE KOŁA

Celem buddyzmu jest całkowite wyzwolenie z powtarzających się narodzin, śmierci i ponownych narodzin. Na kole życia znajdują się punkty przejścia, gdzie mamy szansę wydostać się z koła i w ten sposób zakończyć cykl jego obrotów. Drugi z tych kluczowych punktów przejścia, znajdujący się pomiędzy „uczuciem" a „pożądaniem", przedstawia punkt przecięcia koła i spirali. Jest to miejsce, gdzie możemy całkowicie się pogubić i jeszcze raz obrócić się w kole, albo zacząć iść właściwą drogą i wznieść się po spirali. Przyjrzymy się bliżej temu punktowi przecięcia i spróbujemy zobaczyć, co się tam wydarza. To pozwoli nam opuścić koło i wejść na spiralę, czyli ścieżkę prowadzącą do Nirwany.

Pierwsze dwie nidany (niewiedza i formacje karmy) wspólnie nazywają się procesem przyczyny przeszłego życia. Inaczej mówiąc, nasza pierwotna niewiedza duchowa i nasze działania w przeszłości czy w przeszłych żywotach oparte na tej niewiedzy stały się przyczyną ponownego wejścia w tę nową egzystencję, w nasze obecne życie. Inaczej mówiąc, w obecnym życiu świadomość powstająca w łonie matki – organizm psychofizyczny, sześć zmysłów, kontakt i uczucia – stały się skutkiem niewiedzy i działań opartych na niewiedzy w poprzednim życiu.

Następne trzy nidany (pragnienie, przywiązanie i stawanie się) tworzą proces przyczyny obecnego życia. Podczas gdy poprzednich pięć nidan było skutkami poprzednich działań, te trzy nidany są przyczynami: inicjują działania, które muszą przynieść owoce w przyszłości (w tym albo w którymś z przyszłych żyć).

Ostatnie dwie nidany (narodziny oraz rozpad-i-śmierć) tworzą proces skutku przyszłego życia. Skutek naszych działań w tym życiu urodzi się, zestarzeje i umrze w przyszłym życiu.

Kiedy przesuwamy się w ten sposób wokół zewnętrznego kręgu koła życia, widzimy, jak tych dwanaście nidan rozciąga się na trzy żywoty. Widzimy, jak z powodu naszej pierwotnej niewiedzy i działań opartych na niewiedzy nasiono świadomości kiełkuje ponownie w nowej egzystencji. To nasiono rozwija się w zupełnie nowy organizm psychofizyczny. Ten organizm wyposażony jest w sześć zmysłów, które nawiązują kontakt z sześcioma obiektami zmysłów. W rezultacie tego kontaktu powstają uczucia.

Kiedy powstają uczucia, zaczynamy pragnąć, a następnie lgniemy do tych, które są przyjemne i odrzucamy te, które są nieprzyjemne. Zatem poprzez uwarunkowaną egzystencję rodzimy się i wtrącamy siebie w kolejne życie w przyszłości i znowu podlegamy starzeniu się, chorobie i śmierci.

Tak więc nie tylko tych dwanaście ogniw rozciąga się na nasze trzy żywoty, ale składają się one z przemienności procesu przyczyny i procesu skutku (procesu przyczyny poprzedniego życia, procesu skutku obecnego życia, procesu przyczyny obecnego życia i proces skutku przyszłego życia). Ta przemienność reprezentuje cykliczny ruch między parami przeciwieństw.

Trzy kluczowe połączenia

Z powodu przemienności w kontekście trzech żywotów widzimy, że istnieją trzy punkty, w których jednego rodzaju proces zmienia się w inny (proces przyczyny w proces skutku albo proces skutku w proces przyczyny). Te trzy punkty zwane są trzema połączeniami lub punktami przejścia, sandhi. (To jest to samo słowo, którego w pali i sanskrycie używa się na oznaczenie świtu i zmierzchu, kiedy noc przechodzi w dzień albo dzień przechodzi w noc).

Pierwsze z trzech połączeń znajduje się między drugim i trzecim ogniwem, gdzie po samskarach, aktach woli opartych na niewiedzy tworzących ostatnie ogniwo w procesie przyczyny przeszłego życia, następuje widżniana, zarodkowa świadomość powstająca w łonie matki, która reprezentuje pierwsze ogniwo w procesie skutku obecnego życia.

Drugie z trzech połączeń znajduje się między siódmym i ósmym ogniwem, gdzie w oparciu o wedanę, uczucie będące ostatnim ogniwem w procesie skutku obecnego życia, powstaje tryszna, pragnienie, które jest pierwszym ogniwem w procesie przyczyny obecnego życia.

Trzecie z tych połączeń znajduje się między dziesiątym i jedenastym ogniwem, gdzie bhawa, stawanie się, ostatnie ogniwo w procesie przyczyny obecnego życia, doprowadza do dżati, narodzin, pierwszego ogniwa w procesie skutku przyszłego życia.

W tym momencie rozważań interesuje nas drugie z tych trzech połączeń. To drugie połączenie, między uczuciem i pragnieniem, jest ważne, ponieważ reprezentuje punkt przecięcia cyklicznego/reaktywnego i spiralnego/progresywnego rodzaju uwarunkowania. To punkt przecięcia

między kołem a spiralą. Punkt, gdzie albo całkowicie zbłądzimy i jeszcze raz obrócimy się w kole, albo zaczniemy iść właściwą drogą i wzniesiemy się po spirali. Zbadajmy nieco dokładniej to połączenie i spróbujmy zobaczyć, co się tam dzieje.

Załóżmy, że siedzimy bezczynnie – to wystarczy. Cały czas powstają w nas różne uczucia: przyjemne, bolesne albo neutralne. Zwykle na przyjemne uczucia reagujemy pragnieniem: przywiązujemy się i czepiamy się ich; próbujemy je zatrzymać, nie chcemy ich stracić. Jeśli doświadczymy czegoś przyjemnego, odruchowo próbujemy to powtórzyć. To fatalny błąd, który stale popełniamy, że nie pozwalamy przyjemnym uczuciom przychodzić i odchodzić. Jeśli uczucia stają się nieprzyjemne, bolesne, a przynajmniej niezadowalające, to instynktownie, niemal z wewnętrznego przymusu, próbujemy je od siebie odepchnąć. Nie chcemy mieć z nimi nic wspólnego. Próbujemy od nich uciec. To jest awersja (dwesza). Jeśli pojawia się uczucie, które nie jest ani przyjemne, ani bolesne, wówczas czujemy się zdezorientowani. Nie wiemy, czy je przyciągnąć, czy odrzucić. Inaczej mówiąc, wpadamy w dezorientację (moha).

Cały czas reagujemy na jeden z tych trzech sposobów na wszystkie wrażenia, uczucia i doświadczenia, które ciągle, ze wszystkich stron, poprzez zmysły i umysł uderzają w naszą świadomość. Reagujemy w tym cyklicznym porządku: w oparciu o uczucie powstaje pragnienie (lub niechęć albo dezorientacja, zależnie od przypadku). W ten sposób po procesie skutku następuje proces przyczyny, koło życia robi kolejny obrót i tworzą się (lub ponownie się tworzą) wszystkie warunki do nowego odrodzenia. Wszystko to dzieje się właśnie w tym punkcie, gdzie w oparciu o uczucia powstaje pragnienie.

Załóżmy jednak, że nie reagujemy w opisany sposób. Załóżmy, że kiedy pojawia się uczucie, nie reagujemy pragnieniem, niechęcią ani dezorientacją. Załóżmy, że możemy zatrzymać ten proces. Wówczas osiągamy Oświecenie. Wtedy kończy się światowe, uwarunkowane istnienie, a pozostaje tylko transcendentalne. Oczywiście, łatwiej jest to powiedzieć niż zrobić.

Wyjście z koła

Istnieją dwa sposoby na to, żeby pragnienie nie pojawiło się w ślad za uczuciem, aby koło nie zrobiło kolejnego obrotu: pierwszy, tzw. nagły

sposób, kiedy koło roztrzaskuje się jednym uderzeniem oraz sposób stopniowy, w którym jest ono stopniowo spowalniane – delikatnie włączany jest hamulec, powoli doprowadzający koło do zatrzymania.

Pierwszy sposób, nagły, raptowny, ilustruje, co może być dla nas zaskoczeniem, nie opowieść z pism zen, ale opowieść z *Udany* z *Sutta-pitaki* kanonu palijskiego[84]. Mówi ona, że pewien mnich o imieniu Bahija przybył do miejsca, w którym przebywał Budda. Chciał się z nim spotkać, ponieważ został przyjęty do jednej z sangh w odległej części kraju, a nigdy nie miał sposobności do takiego spotkania. W chwili przybycia Bahii Budda zbierał codzienną jałmużnę[85]. Bahija dowiedział się, w którym kierunku Budda poszedł i ruszył za nim. Niebawem go dogonił i idąc tuż za Buddą, kiedy ten szedł od drzwi do drzwi, zawołał do niego: „Proszę, udziel mi nauk". Budda, chodząc po jałmużnę, miał zwyczaj nic nie mówić, a więc nie odpowiedział Bahii, tylko szedł spokojnie dalej. Bahija poprosił drugi raz, nawet bardziej natarczywie: „Proszę, udziel mi nauk". Budda ponownie go zignorował i szedł dalej. Bahija powtórzył prośbę po raz trzeci. Jeśli Buddę ktoś pytał o coś trzeci raz, niezależnie od tego, jakie to było pytanie i jak straszne mogłyby być tego konsekwencje dla pytającego – odpowiadał. Zatem zatrzymał się na drodze, odwrócił, spojrzał prosto na Bahiję i powiedział: „W tym, co widzisz, tylko to, co widzisz. W tym, co słyszysz, tylko to, co słyszysz. W dotyku, tylko dotyk. W smaku, tylko smak. W tym, co czujesz, tylko to, co czujesz. W tym, co myślisz, tylko to, co myślisz". Powiedziawszy to, odwrócił się znowu i poszedł dalej. Bahija natychmiast osiągnął Oświecenie.

To jest nagły sposób. Budda powiedział: „Nie reaguj". „W tym, co słyszysz, tylko to, co słyszysz". Jeśli dźwięk uderza w twoją błonę bębenkową, to jest to tylko dźwięk. Nie musisz reagować na ten dźwięk – określać, czy go lubisz lub nie lubisz, czy chcesz, żeby trwał, czy żeby się skończył. Podobnie z tym, co widzisz, czego smakujesz, dotykasz, co czujesz i myślisz – nie reaguj. Niech to będzie czyste doświadczenie. Nie czyń z niego podstawy dla jakieś reakcji w cyklicznym porządku. Jeśli potrafisz

---

84 *The Minor Anthologies of the Pali Canon, Part II: Udana, Verses of Uplift and Itivuttaka*, tłum. F.L. Woodward, *As It Was Said*, Pali Text Society, London 1985, X, s. 8-11.

85 Budda i jego uczniowie, podobnie jak wielu innych wędrowców w tym czasie, zdobywali pożywienie, żebrząc codziennie w miastach i wsiach.

to zrobić, będziesz natychmiast oświecony, jak Bahija: jednym cięciem odetniesz całą samsarę i zatrzymasz koło.

Może się nam wydawać, że ten nagły sposób jest niewykonalny. Przypadek Bahii pokazuje, że jest wykonalny, ale z pewnością bardzo trudny. Dlatego lepiej, jeśli większość z nas (lub wszyscy) zastosuje stopniowy sposób. (Stopniowy nie oznacza jednak, że nigdy nie doczekamy się rezultatów).

Dwanaście pozytywnych ogniw

Stopniowy sposób można wyjaśnić przy pomocy Ośmiorakiej Ścieżki albo przy pomocy siedmiu etapów oczyszczenia lub dziesięciu bhumi. Najlepiej jednak wyjaśnić go przy pomocy dwunastu pozytywnych ogniw[86]. Stanowią one, psychologicznie i duchowo, kolejne etapy ścieżki albo spiralę rozwijającą się z koła zgodnie z ruchem postepującego uwarunkowania.

Tu interesują nas tylko dwa pierwsze z dwunastu pozytywnych ogniw. Są to duhkha (pali: dukkha), co oznacza ból, cierpienie albo brak satysfakcji, oraz śraddha (pali: saddha), co znaczy „wiara" lub „przeświadczenie".

Duhkha, w dwunastu nidanach pratitja-samutpady, odpowiada wedanie, która jest ostatnim ogniwem w procesie skutku obecnego życia; śraddha odpowiada trysznie, która jest pierwszym ogniwem w procesie przyczyny przyszłego życia.

Widzieliśmy, że wrażenia i uczucia oddziałują na nas z wszystkich stron, i że reagujemy na nie pragnieniem, w ten sposób uwieczniając cykliczny ruch egzystencji. Możemy jednak zareagować w inny, pozytywny sposób. Kiedy te wszystkie wrażenia, uczucia, doświadczenia – przyjemne, bolesne i neutralne – oddziałują na nas, możemy dostrzec, że żadne z nich, nawet te przyjemne, nie są naprawdę zadowalające. Możemy dostrzec, że nawet gdybyśmy naprawdę mogli wyizolować i utrwalić przyjemne doświadczenia, eliminując bolesne, to wciąż nie byłoby wystarczające: wciąż byłby jakiś ukryty brak, niezadowolenie, frustracja. Możemy zrozumieć, że całe uwarunkowane istnienie – nasze życie, nasze doświadczenie w zwykłym sensie – nie wystarcza: nie może nam dać trwałego, prawdziwego zadowolenia ani szczęścia. Inaczej mówiąc, nasze życie, jeśli poddamy je głębokiej analizie, w dłuższej perspektywie jest niezadowalające (duhkha).

86 Wszystkie dwanaście nidan zostanie wyjaśnione w następnym rozdziale.

Gdy postrzegamy swoje codzienne doświadczenie w ten sposób, zaczynamy traktować je luźniej. Zaczynamy oddzielać się od niego. Nie przejmujemy się nim tak bardzo. Przestaje nas interesować. Zaczynamy myśleć, że musi być coś wyższego, coś poza nim, coś, co *może* dać nam głębszą satysfakcję. Domyślamy się, że musi istnieć coś duchowego, a nawet transcendentalnego. A więc zaczynamy zwracać na to uwagę i w końcu wkładamy serce (słowo śraddha pochodzi od czasownika znaczącego „wkładać w coś serce") nie w uwarunkowane, nie w codzienne sprawy, ale coraz bardziej w Nieuwarunkowane, w duchowe, transcendentalne. W ten sposób rodzi się wiara.

Początkowo nasza wiara jest pomieszana, mglista i chwiejna, ale stopniowo się wzmacnia i w końcu staje się wiarą w Trzy Klejnoty[87]. Zaczynamy postrzegać Buddę, Dharmę i Sanghę jako ucieleśnienie tych wyższych wartości duchowych, które są ponad i poza światem, ale które jednocześnie nadają mu sens i wagę. Coraz bardziej wkładamy w nie serce, aż jesteśmy pobudzeni do działania i idziemy po Schronienie[88].

Zamiast pragnienia powstającego w oparciu o uczucie, powstaje wiara wynikająca z braku satysfakcji. W oparciu o doświadczenie braku satysfakcji z całej uwarunkowanej egzystencji, powstaje wiara w Nieuwarunkowane, symbolizowana przez Buddę, Dharmę i Sanghę. Zatem w tym punkcie przejścia między ogniwami porzuciliśmy koło i wkroczyliśmy na spiralę: zaczęliśmy poruszać się nie w sposób cykliczny, ale progresywnie w sposób spiralny. W tym połączeniu weszliśmy na ścieżkę prowadzącą do Nirwany.

ŚCIEŻKA SPIRALNA

Buddyzm nie jest jedynie religią głoszącą swoje nauki, lecz w pierwszym rzędzie ścieżką do osiągnięcia Oświecenia. Jedno ze sformułowań ujmuje tę ścieżkę jako składającą się z dwunastu etapów lub poziomów spiralnej ścieżki, od „cierpienia" aż po „wiedzę o zniszczeniu aśraw". Kiedy tylko osiągamy pełnię jednego z etapów, nieuniknione staje się przejście do kolejnego, co pokazuje, że całe życie duchowe jest procesem naturalnego wzrostu.

---

87 Zob. Sangharakszita, *Wprowadzenie do buddyzmu…* i n.; tenże, *The Three Jewels…*, s. 111-112.

88 Zob. s. 131.

Na buddyzm można patrzeć, ogólnie rzecz biorąc, z dwóch punktów widzenia: z punktu widzenia teoretycznego, filozoficznego, a nawet spekulatywnego, albo z praktycznego, a nawet pragmatycznego. W tym miejscu będziemy się zajmować praktycznym aspektem buddyzmu. Pozostawimy teorię i zajmiemy się tym, co jest praktyczne. Spróbujemy zrozumieć etapy ścieżki duchowej. Z buddyjskiego punktu widzenia mało co może być równie praktyczne.

Buddyzm nie jest jedynie nauką religijną, ale przede wszystkim ścieżką do osiągnięcia Oświecenia. To, co opisujemy jako etapy ścieżki duchowej, to po prostu kolejne, narastające etapy w naszym dążeniu do stanu Oświecenia. Nie zostały one określone według jakiegoś czysto zewnętrznego kryterium, lecz mają charakter psychologiczny; podyktowane są naturą czy strukturą naszego doświadczenia duchowego. Reprezentują pewną kolejność doświadczeń, jedno powstające w zależności od drugiego. Tak jak z pączka wyrasta kwiat, a z kwiatu owoc, tak z jednego duchowego doświadczenia powstaje inne, a z niego jeszcze inne. Każdy następny etap jest wyższy, subtelniejszy, piękniejszy, trochę bliższy Nirwanie, a cała sekwencja etapów progresywna i narastająca.

Zajmijmy się teraz dość zwięźle dwunastoma etapami duchowej ścieżki. Każdy etap powstaje w oparciu o etap poprzedni albo jest przezeń uwarunkowany. Istnieją również inne ujęcia ścieżki, które wymieniają inne liczby etapów. Jest Szlachetna Ośmioraka Ścieżka[89], trojaka ścieżka (etyka, medytacja i Mądrość), ścieżka doskonałości (paramity) praktykowana przez bodhisattwę: ta ostatnia ma albo sześć, albo dziesięć etapów[90]. Ale tutaj zajmujemy się dwunastoma kolejnymi etapami, ponieważ to ujęcie ukazuje jaśniej niż jakiekolwiek inne, naturę spiralnej ścieżki.

Będziemy rozpatrywać te etapy po kolei i spróbujemy je zrozumieć. Najpierw jednak trzeba podkreślić, że każdy z nich reprezentuje doświadczenie duchowe w procesie przechodzenia do innego, bardziej zaawansowanego doświadczenia. Doświadczenia nie są niezmienne i statyczne, jak stopnie schodów czy drabiny. Każde doświadczenie przez cały czas

---

[89] Zob. s. 108 i n.

[90] Lista sześciu doskonałości, zob. s. 67. Pozostałe cztery, później dodane do sześciu, by utworzyć dziesięć doskonałości, to: zręczne środki (upaja-kauśalja), ślubowanie (pranidhana), siła albo moc (bala) i wiedza (dżniana). Zob. Sangharakszita, *Wprowadzenie do buddyzmu…*

się rozwija, tworząc coś większego od siebie. Mówimy o ścieżce duchowej, ale nie dajmy się zmylić metaforom. Ścieżka duchowa nie jest czymś stałym i sztywnym, po czym po prostu chodzimy. Ścieżka rozwija się jak roślina. Jeden etap przechodzi w następny, tak że istnieje ciągły ruch wznoszący. Wyjaśnia to formuła opisująca etapy ścieżki: w oparciu o A powstaje B. Jeśli przemierzymy te etapy i spróbujemy zrozumieć te doświadczenia, odkryjemy, że doszliśmy do pewnego rodzaju progresywnej fenomenologii duchowej praktyki.

Cierpienie i wiara

W oparciu o cierpienie (sanskryt: duhkha, pali: dukkha) pojawia się wiara (sanskryt: śraddha, pali: saddha). I tu rozpoczyna się duchowa ścieżka. Mamy dwa doświadczenia: doświadczenie cierpienia i doświadczenie wiary. To sformułowanie mówi nam ponadto, że wcześniejsze doświadczenie, cierpienie, jest źródłem kolejnego doświadczenia – wiary. Cierpienie oznacza w tym kontekście nie pojedyncze, bolesne doświadczenie, jak ból zęba, skaleczenie się w palec czy gorzkie rozczarowanie z czyjegoś powodu (chociaż są to bolesne doświadczenia), ale cierpienie w znaczeniu braku zadowolenia.

Jedno z tradycyjnych wyjaśnień słowa „dukkha" (pali) mówi, że przedrostek du– znaczy „zły", „nieprawidłowy" czy „niewłaściwy", i że przyrostek -kk(h)a odpowiada drugiej sylabie słowa cakka, które oznacza koło. A więc dukkha pochodzi od źle dopasowanego koła rydwanu – du-(ca) kkha, „źle dopasowane koło rydwanu" (może to nie być poprawne etymologicznie w sensie naukowym, ale rzuca sporo światła na buddyjskie znaczenie tego terminu).

Jeśli koło rydwanu jest źle dopasowane, podczas jazdy będzie mocno trzęsło, a podróż będzie uciążliwa. (W starożytnych Indiach wozy nie miały resorów, nie było też dobrych dróg). A zatem duhkha oznacza dyskomfort powstający wraz z biegiem życia, gdy zdarzenia nie układają się tak, jak trzeba, gdy niosą dużo irytacji i przykrości. Takie jest prawdziwe znaczenie duhkha: dysharmonia, rozdrażnienie, których doświadczamy na co dzień.

Wszyscy wiemy, co to znaczy. Nic nigdy nie układa się w stu procentach po naszej myśli. Zawsze coś jest nie tak, choćby jakaś drobnostka. Nawet w najpiękniejszy dzień niebo nieraz zasnuje się chmurami. Może

przygotowywałeś się niecierpliwie na piękny dzień. Masz się spotkać z kimś, kogo lubisz. Ma być tak miło. Ale jakieś absurdalne zdarzenie wszystko psuje i czujesz się całkowicie rozstrojony, wytrącony z równowagi przez to, co się stało. Bardzo często tak to w życiu wygląda. Stwierdzamy, że każda rzecz, od której tak wiele oczekiwaliśmy, zawodzi i nie spełnia naszych oczekiwań. Tego rodzaju doświadczenie to duhkha, brak satysfakcji albo cierpienie.

Wtedy rodzi się w nas niezadowolenie. Zaczynamy czuć, że nic nie da nam trwałego szczęścia. Spróbowaliśmy już (być może), czego się tylko dało – sukcesu, przyjemności, wygody i luksusu, bogactwa, wiedzy. Ale w końcu nic nie przyniosło nam trwałego zadowolenia. Czujemy bliżej nieokreślony niepokój. Nie chodzi o to, że cały czas cierpimy, ale nie jesteśmy szczęśliwi. Przez cały czas czujemy się, jakby coś nas gryzło, nie możemy sobie znaleźć miejsca, czujemy się obco, czujemy, używając słów z *Biblii*, że „nie mamy tu miasta trwałego”[91].

Zatem zaczynamy – początkowo prawie nieświadomie – szukać czegoś innego, czegoś wyższego. Bardzo często nie wiemy, czego szukamy. Znajdujemy się w paradoksalnej sytuacji: szukamy, ale nie wiemy czego. Ten bliżej nieokreślony niepokój zmusza nas do szukania po omacku, choć nie wiemy, czego szukamy.

W końcu jednak, poszukując w ten sposób – jeśli można to nazwać poszukiwaniem – natrafiamy na coś, co z braku lepszej nazwy określamy jako „duchowe”. Nie przepadam za tym słowem, ale chyba nie mamy lepszego w naszym języku. Używam go na oznaczenie czegoś wyższego, czegoś, co jest nie z tego świata, a nawet czegoś – jak to się mówi – nieziemskiego. Kiedy natrafiamy na coś takiego, od razu budzi się w nas odzew. Mamy uczucie (albo przynajmniej przeczucie), że poszukiwaliśmy tego cały czas, sami o tym nie wiedząc. Ten emocjonalny odzew na to duchowe „coś”, kiedy po raz pierwszy się z nim stykamy, nazywamy wiarą (śraddha) w kontekście tradycji buddyjskiej.

Śraddha nie jest wiarą w znaczeniu przekonania o prawdziwości czegoś, czego nie można dowieść racjonalnie. Jeśli chcemy definicji wiary, możemy powiedzieć, że jest to „emocjonalny odzew tego, co jest najlepsze w nas, na to, co najlepsze we wszechświecie”. Wiara to intuicyjny,

[91] List św. Pawła Apostoła do Żydów 13:14. – przyp. tłum.

emocjonalny, nawet mistyczny odzew, rezonans czy reakcja na to, co ma we wszechświecie wartość najwyższą i ostateczną. W buddyzmie wiara oznacza w szczególności wiarę w Trzy Klejnoty: Buddę, oświeconego nauczyciela, Dharmę, drogę prowadzącą do Oświecenia, i Sanghę, społeczność duchową tych, którzy kroczą tą drogą. W buddyzmie Budda, Dharma i Sangha reprezentują najwyższe wartości życia. Zwane są Trzema Klejnotami, ponieważ tak samo jak klejnoty są najcenniejszą rzeczą w świecie materialnym, tak one reprezentują dla buddyzmu najwyższe wartości w świecie duchowym.

Radość

W oparciu o wiarę pojawia się radość (sanskryt: pramodja, pali: pamodżdża). Znaleźliśmy to, czego szukaliśmy. Może nie udało się nam jeszcze tego uchwycić, ale przynajmniej mieliśmy jakiś przebłysk. Po prawdopodobnie długim okresie zmagań i niezadowolenia, jesteśmy zadowoleni i szczęśliwi. Co więcej, kontakt z wyższymi wartościami zaczął zmieniać nasze życie.

Nie jest to kontakt jedynie intelektualny czy teoretyczny; włożyliśmy serce w coś wyższego (śraddha dosłownie znaczy „włożyć w coś serce”) i dzięki temu w naszym życiu zaczyna dokonywać się zmiana. Stajemy się odrobinę mniej egocentryczni; nasz egotyzm troszkę osłabł. Stajemy się nieco bardziej szczodrzy i otwarci. Nie czepiamy się już tak kurczowo rzeczy i ludzi.

To, co można określić jako niższą część naszej ludzkiej natury (tę, która należy do niższej ewolucji), zaczyna podlegać świadomej kontroli wyższej części ludzkiej natury (tej, która należy do wyższej ewolucji[92]); czynności takie jak jedzenie, seks i sen zaczynają być kontrolowane przez tę wyższą naturę. Zaczynamy prowadzić prostsze i mniej szkodliwe życie. To także zwiększa nasze poczucie zadowolenia. Czujemy się lepiej ze sobą i nie polegamy tak bardzo na zewnętrznych rzeczach – nie martwi nas to, że nie mamy pięknego domu na przedmieściach czy pięknego samochodu. Jesteśmy swobodniejsi, bardziej niezależni. Mamy spokojne sumienie, chociaż nie popadamy w samozadowolenie.

Buddyzm przywiązuje wielką wagę do tego etapu ścieżki: do czystego sumienia oraz poczucia radości i szczęścia z powodu życia duchowego.

[92] Zob. przypis 10.

To jedna z rzeczy, jaką można zauważyć na Wschodzie, a na pewno na buddyjskim Wschodzie. Tam życie duchowe zawiera w sobie o wiele więcej radości niż na Zachodzie, gdzie na ogół myślimy, że osoba wierząca powinna być choć trochę ponura, poważna i z pewnością nie powinna się śmiać w kościele – to byłoby bardzo nie na miejscu. Na Wschodzie tak nie jest. Tam uważa się, że jeśli jesteś buddystą czy prowadzisz życie duchowe, powinieneś czuć się szczęśliwszy, bardziej otwarty, beztroski i radośniejszy niż inni. Gdy wróciłem do Anglii po dwudziestu latach spędzonych na Wschodzie, z zaskoczeniem stwierdziłem, że ruch buddyjski był tam bardzo posępny i poważny. Kiedy zażartowałem podczas wykładu, ludzie nie mieli odwagi się uśmiechnąć.

Jeśli znalazłeś to cenne „coś", którego szukałeś, i jeśli ono naprawdę zaczęło zmieniać twoje życie, to dlaczego nie miałbyś być szczęśliwy? Jeśli nie jesteś szczęśliwszy od ludzi, którzy nie odkryli dla siebie Trzech Klejnotów, to co za pożytek z bycia buddystą? Co w takim razie znaczy być buddystą? Ludzie kontaktujący się z tymi, którzy odkryli Trzy Klejnoty, powinni czuć, że te osoby są szczęśliwsze od tych, których zwykle spotykają. Jeśli nie są szczęśliwsze, to wypada tylko zapytać: dlaczego nie?

Buddyzm przywiązuje wielką wagę do etapu radości. I jeśli z jakiegoś powodu utraciłeś radość, np. robiąc coś, czego nie powinieneś i z tego powodu jesteś smutny, poważny i zaczynasz bić się w piersi na stary, przedbuddyjski sposób – to buddyzm uważa ten stan poczucia winy i wyrzutów sumienia za bardzo niezdrowy i mówi, że im szybciej z niego wyjdziesz, tym lepiej. To nie znaczy, że nie zrobiłeś nic złego. Popełniłeś błąd. Najlepiej jest się do niego przyznać, próbować go zrekompensować i nie popełniać więcej. Ale kiedy to zrozumiałeś i spróbowałeś naprawić, najlepiej jest o tym zapomnieć. Idź dalej i zostaw ten błąd za sobą. Nic dobrego nie wyniknie z tego, że będziesz go wszędzie dźwigał.

W buddyzmie mamy nawet specjalne ceremonie, które mają przynieść ten psychologiczny rezultat. Jeśli przytłacza cię jakiś popełniony błąd, stań przed ołtarzem, pokłoń się Buddzie, przemyśl to wszystko i powiedz sobie: „Jakim byłem głupcem! Naprawdę nie powinienem był tego zrobić. Tak mi przykro. Już tego nie zrobię!". Następnie wyrecytuj jakiś tekst i spróbuj skupić się na naukach, żeby przypomnieć sobie ideał. Możesz zapalić parę świec i kadzidełek. W ten sposób oczyszczasz umysł

z poczucia winy. Przywracasz stan czystego sumienia i radości z Trzech Klejnotów. Stan radości powinien być cechą prawdziwego buddysty.

Uniesienie

W oparciu o radość pojawia się uniesienie (sanskryt: pryti, pali: piti). Nawet radość sama nie wystarczy. Pryti to bardzo silne słowo. Jest to intensywna, porywająca, nawet ekstatyczna radość. Pryti można tłumaczyć jako ekstazę, ponieważ jest tak potężną emocją, że doświadcza się jej nie tylko mentalnie, ale też fizycznie. Wszyscy wiemy, że kiedy jesteśmy głęboko poruszeni jakimś doświadczeniem, może związanym z relacjami międzyludzkimi albo ze sztuką (gdy słuchamy wspaniałej, pięknie wykonywanej symfonii) lub też związanym z naturą, jak wtedy, gdy patrzymy na piękny zachód słońca – wówczas niekiedy się to zdarza. I to uczucie jest nie tylko emocją, czymś mentalnym, ale jednocześnie porusza nas fizycznie. Możemy poczuć je tak głęboko, że włosy stają nam dęba. Niektórym ludziom płyną z oczu łzy. (Na koncertach symfonicznych można zobaczyć ludzi tak poruszonych, że ocierają łzy z oczu – czasem nieco wstydliwie, bo w naszej kulturze wiele osób wychowano tak, by nie okazywali emocji). Pryti to obezwładniające, psychologiczne doświadczenie zachwytu, uniesienia, szczęścia, ekstazy. Jeśli podążamy ścieżką, pojawi się tego rodzaju doświadczenie.

Uciszenie

W oparciu o zachwyt pojawia się uciszenie (sanskryt: praśrabdhi, pali: passaddhi). Praśrabdhi reprezentuje uspokojenie czy wyciszenie wszystkich fizycznych skutków ubocznych zachwytu. Widzieliśmy, że uniesienie, ekstaza, powstające na poprzednim etapie, mają charakter psychofizyczny. Na czwartym etapie fizyczna strona doświadczenia zanika i pozostajemy z czysto emocjonalnym doświadczeniem zachwytu. Poruszenie fizyczne ustaje, nie dlatego, że uniesienie jest mniejsze, ale większe: przekracza wszelką możliwość wyrazu fizycznego.

Dla zilustrowania tego stanu, teksty dają interesujące porównanie. Załóżmy, że słoń wchodzi do małego stawu, niewiele większego niż on sam. Kiedy to wielkie zwierzę wchodzi do małego stawu, woda rozpryskuje się na boki. Podobnie na poprzednim etapie doświadczenie uniesienia jest ogromne, ale

nasza zdolność przyjęcia go jest bardzo mała, więc trochę się przelewa w formie poruszenia fizycznego. Lecz następnie w tym przykładzie słoń wchodzi do wielkiego akwenu, olbrzymiego jeziora albo szerokiej rzeki. Kiedy wielki słoń wchodzi do wody, pojawia się tylko trochę zmarszczek. Chociaż słoń jest wielki, to zbiornik wodny jest niepomiernie większy. W podobny sposób, kiedy dochodzimy już do etapu uspokojenia, to nawet doświadczając wielkiego zachwytu, mamy większą możliwość przyjęcia go (zewnętrzne zakłócenie jest mniejsze), zatem fizyczne poruszenie ustaje, pozostawiając tylko wewnętrzne, czysto emocjonalne doświadczenie zachwytu.

Błogość

W oparciu o spokój pojawia się błogość lub rozkosz (sukha). Widać już, jak daleko zaszliśmy. Zaczęliśmy od radości, która przerodziła się w uniesienie, i po etapie uciszenia docieramy do błogości. To zdumiewające, że niektóre wczesne książki o buddyzmie napisane na Zachodzie opisują go jako ponurą, pesymistyczną i negatywną religię. Tymczasem widzimy coś dokładnie przeciwnego. Błogość to stan intensywnego szczęścia. Reprezentuje całkowite zjednoczenie wszystkich naszych zasobów emocjonalnej energii, które nie są podzielone ani rozszczepione, ale płyną razem wielkim strumieniem, potężnie i mocno, w jednym kierunku. Na tym etapie pojawia się nie tylko błogość, ale i spokój, miłość, współodczuwanie, radość i psychiczna równowaga. Nie ma negatywnych emocji: pożądania, lęku, nienawiści, niepokoju, winy, wyrzutów sumienia – oczyściliśmy się z nich. Cała energia, jaką w nie włożyliśmy, płynie teraz pozytywnie w formie błogości.

Skupienie

W oparciu o błogość powstaje skupienie (samadhi). Samadhi posiada kilka różnych znaczeń[93]. W tym kontekście oznacza skupienie lub koncentrację. To skupienie nie oznacza jednak wymuszonej koncentracji umysłu na jednym przedmiocie, lecz koncentrację w znaczeniu zjednoczenia

93 Szczegółowe wyjaśnienie bardzo ważnego rozróżnienia między samadhi w znaczeniu koncentracji umysłu w medytacji a samadhi w znaczeniu wprowadzenia całej istoty w Oświecenie zob. Sangharakszita, *Wizja i transformacja…*, rozdz. VIII.

i integracji, które pojawiają się całkiem naturalnie w stanie intensywnego szczęścia, gdy cała nasza energia emocjonalna płynie w tym samym kierunku.

Ten etap opiera się na bardzo ważnej zasadzie: gdy jesteśmy całkowicie szczęśliwi, jesteśmy skoncentrowani – w prawdziwym znaczeniu. Dlatego osoba skoncentrowana jest szczęśliwa, a osoba szczęśliwa jest skoncentrowana. Im bardziej jesteśmy szczęśliwi, tym dłużej pozostajemy skoncentrowani. Trudno jest nam utrzymać koncentrację przez długi czas, jeśli nie jesteśmy zadowoleni z naszego obecnego stanu. Gdybyśmy czuli się naprawdę szczęśliwi, stalibyśmy się po prostu spokojni, ciesząc się tym szczęściem. Ale nie jesteśmy szczęśliwi, jesteśmy niezadowoleni, zatem stajemy się niespokojni i zaczynamy szukać rozrywek.

Związek między szczęściem a koncentracją ilustruje ciekawa historia z pism. Czytamy w nich, że pewnego dnia do Buddy przybył król, żeby zapytać o jego naukę. W trakcie dyskusji pojawiła się kwestia, kto jest szczęśliwszy: czy Budda jest szczęśliwszy od króla, czy król jest szczęśliwszy od Buddy? Król był przekonany, że to on jest o wiele szczęśliwszy. Powiedział: „Zobacz, mam pałace, mam wojsko, mam bogactwo, mam piękne kobiety, a ty nie masz niczego. Siedzisz tu pod drzewem przy jakiejś nędznej chacie. Cały twój dobytek to żółta szata i żebracza miska. Oczywiście, że jestem szczęśliwszy”. Budda odparł: „Pozwól, że zadam ci pytanie. Czy potrafiłbyś siedzieć tu zupełnie nieruchomo przez godzinę, ciesząc się całkowitym i doskonałym szczęściem?”. Król odpowiedział: „Tak, sądzę, że mógłbym”. Budda zapytał: „Czy potrafiłbyś siedzieć tu bez ruchu, ciesząc się całkowitym i doskonałym szczęściem przez sześć godzin?”. Król odparł: „To byłoby dość trudne”. Budda spytał: „Czy potrafiłbyś siedzieć tu cały dzień i całą noc bez ruchu, całkowicie szczęśliwy przez cały czas?”. Król musiał przyznać, że nie potrafiłby tego zrobić. Wtedy Budda powiedział: „Mogę siedzieć tutaj przez siedem dni i siedem nocy, nie poruszając się i cały czas doświadczać całkowitego i doskonałego szczęścia. Dlatego uważam, że jestem szczęśliwszy od ciebie”.

Ta historia pokazuje, że w przypadku Buddy szczęście wyrosło z koncentracji, a koncentracja powstała ze szczęścia. Ponieważ był szczęśliwy, potrafił się koncentrować; ponieważ potrafił się koncentrować, był szczęśliwy. Fakt, że król nie potrafił się koncentrować, wskazywał, że nie był tak szczęśliwy, jak sądził.

Wszystko to ściśle wiąże się z praktyką medytacji. Wiemy, że medytacja zaczyna się od koncentracji. Wielu z nas jednak bardzo trudno jest się skoncentrować. Dzieje się tak dlatego, że nie czujemy się szczęśliwi. Jesteśmy rozdarci, a nasza energia emocjonalna nie integruje się. Zatem skoro energia emocjonalna nie jest zintegrowana, nie możemy się skoncentrować, nie możemy jej skupić na jednym punkcie, próbujemy skupić umysł na siłę. Jednak wówczas pojawiają się wszelkiego rodzaju przeszkody i rozpraszamy się. Zatem koncentracja jest funkcją całej naszej istoty, a nie tylko świadomego umysłu.

To bardzo znaczące, że koncentracja w wyższym znaczeniu (w znaczeniu samadhi) pojawia się dopiero w połowie ścieżki. Wskazuje to na znaczenie przygotowania do medytacji. Nie możemy po prostu przyjść, usiąść i myśleć, że możemy medytować. To niemożliwe. Jeżeli naprawdę chcemy medytować, musimy przejść przez wszystkie poprzednie etapy. Jeśli to zrobiliśmy, wtedy ćwiczenie koncentracji nada im tylko ostateczny szlif. Wielu ludzi jednak nie uświadomiło sobie niezadowalającej natury życia; nie narodziła się w nich wiara, nie zaznali wiele radości, z pewnością nie zaznali wiele błogości czy uniesienia; pozostają po prostu w swoim zwykłym stanie niepokoju i niezadowolenia. Dopiero, kiedy osiągniemy ten etap ścieżki, etap samadhi, możemy zacząć się koncentrować, ponieważ nasza energia emocjonalna zjednoczy się i będziemy wreszcie, może po raz pierwszy w życiu, szczęśliwi.

Poznanie i widzenie rzeczy takimi, jakimi naprawdę są

W oparciu o koncentrację następuje poznanie i widzenie rzeczy takimi, jakimi naprawdę są (sanskryt: jathabhuta-dżnianadarśana, pali: jathabhuta-ńana-dassana). Kiedy jesteśmy szczęśliwi i skoncentrowani, możemy wniknąć w naturę zjawisk skoncentrowanym umysłem i zacząć je postrzegać takimi, jakimi są naprawdę. Zaczynamy widzieć Rzeczywistość. Ten etap jest niezmiernie ważny, ponieważ właśnie wtedy następuje przejście od medytacji do Mądrości z poziomu psychologicznego na poziom duchowy[94].

[94] Duchowy w tym kontekście oznacza Transcendentalny. Sangharakszita na ogół jasno rozróżnia między duchowym a Transcendentalnym; w tym wypadku ten termin zdecydowanie oznacza Transcendentalne.

Kiedy osiągnęliśmy ten etap, nie możemy się już cofnąć; zgodnie z tradycyjną nauką osiągnięcie Oświecenia staje się wówczas pewne[95].

Co się tyczy uwarunkowanej egzystencji, to jej poznanie i widzenie jest trojakie[96]. Po pierwsze, jest Wglądem w prawdę, że wszystkie uwarunkowane rzeczy są nietrwałe: nieustannie się zmieniają, nie pozostają takie same ani przez dwie kolejne chwile. Po drugie, jest Wglądem w prawdę, że wszystkie uwarunkowane rzeczy są ostatecznie niezadowalające: przez jakiś czas mogą nam dać trochę szczęścia, ale nie mogą nam dać trwałego szczęścia – oczekiwanie tego od nich jest zwykłą iluzją. Po trzecie, rodzi się Wgląd, że wszystkie uwarunkowane rzeczy i zjawiska pozbawione są trwałej samoistnej esencji, że są one ostatecznie nierzeczywiste. Nie znaczy to, że uwarunkowanych rzeczy nie ma, empirycznie rzecz biorąc, tylko że doświadczamy je jedynie powierzchownie i nie przenikamy do ich ostatecznej głębi.

Poznanie i widzenie to bezpośrednie postrzeganie. Przenikamy na wylot, patrzymy na wskroś przez to, co uwarunkowane. Co więcej, poprzez uwarunkowane widzimy Nieuwarunkowane. Przenikając nietrwałość uwarunkowanego, widzimy trwałość Nieuwarunkowanego. Przenikając niezadowalającą naturę uwarunkowanego, widzimy zadawalającą naturę Nieuwarunkowanego. Przenikając to, co pozbawione trwałej esencji, niesubstancjalne, nierzeczywiste, widzimy to, co jest wiecznie rzeczywiste, to, co mahajana nazywa dharmakają, ciałem duchowej prawdy[97].

Kiedy nasza koncentracja tak się wyostrza, że poznajemy i widzimy rzeczy takimi, jakimi są naprawdę i widzimy uwarunkowane w jego prawdziwej naturze, a przez uwarunkowane widzimy Nieuwarunkowane – cały nasz światopogląd i postawa radykalnie się zmieniają, nie możemy już być tacy sami, jacy byliśmy przedtem. To tak jak człowiek, który widzi ducha. Kiedy ujrzał ducha, nigdy potem nie jest już taki sam. Gdy w sztuce Szekspira Hamlet ujrzał ducha kroczącego po blankach, to doświadczenie go odmieniło. Ujrzał coś z innego wymiaru. Podobnie tutaj, choć w o wiele bardziej pozytywnym znaczeniu, kiedy mieliśmy przebłysk (który nie jest teoretyzowaniem, ideą, ale prawdziwym kon-

---

95 Zob. s. 71-72

96 Zob. też s. 117.

97 Krótkie omówienie tego trudnego terminu zob. rodział *Mandala Pięciu Buddów.*

taktem lub „komunikacją") Nieuwarunkowanego, wyższego wymiaru, wówczas nie możemy powrócić do swego starego „ja". W naszym życiu zachodzi trwała zmiana. Następuje trwała reorientacja. Używając wyrażenia zaczerpniętego ze szkoły jogaczary – zaczał się w nas „dokonywać obrót w najgłębszej siedzibie świadomości"[98].

Wycofanie

W oparciu o poznanie i widzenie rzeczy takimi, jakimi są naprawdę, pojawia się wycofanie (sanskryt: nirwid, nirweda, pali: nibbida). Czasem tłumaczy się je jako odrazę czy wstręt, ale to zbyt mocna i zbyt psychologiczna interpretacja. Ten etap reprezentuje łagodne wycofanie się z uczestnictwa w sprawach, które przejrzeliśmy na wskroś. Jeśli coś przejrzeliśmy, nie angażujemy się w to więcej: wycofujemy się. To tak, jakbyśmy dostrzegli na pustyni fatamorganę. Najpierw palmy i oaza mogą przyciągnąć naszą uwagę i pospieszymy w tamtym kierunku, ale gdy tylko zobaczymy, że to jest fatamorgana i że tak naprawdę nic tam nie ma, przestaje nas ona interesować. Zatrzymujemy się i nie spieszymy już.

Na etapie wycofania zaczynamy traktować życie bardziej na luzie. Gramy nadal w te wszystkie gry, w jakie grają inni ludzie, ale wiemy, że to gra. Dziecko traktuje grę bardzo poważnie: dla dziecka gra jest całym życiem. Ale dorosły, chociaż może włączyć się w grę i bawić się z dzieckiem, wie, że to tylko gra. Jeśli dziecko wygra, dorosły nie przejmuje się tym i nie złości, bo to jest tylko gra. Podobnie, kiedy przejrzeliśmy, w co grają ludzie, możemy dalej w to grać, ale wiedząc, że to tylko gry, wycofujemy się z nich. Wycofujemy się wewnętrznie, nawet jeśli nie wycofaliśmy się zewnętrznie; możemy robić to, co obiektywnie konieczne, ale subiektywnie nie jesteśmy w to uwikłani. Tak należy rozumieć wycofanie się.

Niezachwianie

W oparciu o wycofanie pojawia się niezachwianie (sanskryt: wairagja, pali: wiraga). Wycofanie, poprzedni etap, to ruch odseparowywania się od uwarunkowanej egzystencji, zaś niezachwianie reprezentuje trwały stan bycia

---

98 Zob. Sangharakszita, *The Meaning of Conversion in Buddhism*, Windhorse, Birmingham 1994, s. 63-76.

odseparowanym, oddzielonym. W tym stanie nie może poruszyć nas żadne światowe zdarzenie. Cokolwiek by się nam nie przytrafiło, nie poruszy nas. To jest stan niezmąconej duchowej niewzruszoności. Nie stan twardej, kamiennej nieczułości czy „stoicka" apatia, ale pogodna nieporuszoność, jak ta, którą ukazał Budda, kiedy siedział pod drzewem Bodhi. Wówczas przybył Mara, wcielenie zła, ze swymi siłami. Scena ta jest często przedstawiana w sztuce buddyjskiej: Mara prowadzi swą armię razem z setkami tysięcy ohydnych demonów rzucających wielkie głazy, plujących ogniem i wypuszczających ku Buddzie strzały. Ale Budda nie zwraca na to uwagi, nawet ich nie widzi. Pozostaje całkowicie nieporuszony. Kiedy te wszystkie strzały, kamienie i płomienie ciskane przez zastępy demonów dotykają brzegu aury Buddy, zmieniają się w kwiaty i upadają na ziemię.

Wolność

W oparciu o niezachwianie pojawia się wolność (sanskryt: wimukti, pali: wimutti), wolność duchowa. Wiele się teraz mówi o wolności. Większość ludzi sądzi, że być wolnym to po prostu robić to, na co ma się ochotę. Buddyzm pojmuje wolność całkiem inaczej. W najwcześniejszej nauce buddyjskiej występują dwa rodzaje wolności. Po pierwsze, czeto-wimukti, wolność umysłu, która oznacza całkowitą wolność od wszelkich subiektywnych, emocjonalnych i psychologicznych uprzedzeń. Po drugie, pradżnia-wimukti, wolność Mądrości, która oznacza wolność od wszelkich błędnych poglądów, wszelkiej niewiedzy, błędnych filozofii, wszelkich opinii. Ta całkowita wolność duchowa – wolność serca i umysłu na szczycie dostępnej człowiekowi egzystencji – stanowi cel buddyzmu.

Pewnego razu Budda powiedział do swoich uczniów: „Mnisi, tak jak woda czterech wielkich oceanów ma jeden smak, smak soli, tak też moja nauka, moja doktryna, ma jeden smak, smak wolności (wimukti-rasa)"[99]. Niezależnie od tego, z jakiego oceanu nabierzemy wody – czy z Atlantyku, czy z Zatoki Bengalskiej, z Cieśniny Kaletańskiej, czy z Kanału Sueskiego – ma ona smak soli. Podobnie, niezależnie od tego, na jaki aspekt buddyzmu spojrzymy – czy to będą Cztery Szlachetne Prawdy czy Szlachetna

[99] *Udana: Verses of Uplift, The Minor Anthologies of the Pali Canon, Part II*, tłum. F.L. Woodward, Oxford_University Press, London 1948, V, v. s. 67.

Ośmioraka Ścieżka, cztery podstawy uważności, cztery brahma-wihary, potrójny trening czy trzy schronienia – każdy z nich będzie miał smak wolności.

Ten stan całkowitej duchowej wolności, wolności od wszystkiego, co uwarunkowane, nawet, jak twierdzi mahajana, wolności od samego rozróżnienia między uwarunkowanym a Nieuwarunkowanym, jest ostatecznym celem buddyzmu.

Wiedza o zniszczeniu aśraw

W oparciu o wolność powstaje wiedza o zniszczeniu aśraw (sanskryt: asrawakszajadżniana, pali: asawakkhajańana). Nie tylko jesteśmy wolni, ale również wiemy, że jesteśmy wolni. Wiemy, że jesteśmy wolni, ponieważ jesteśmy wolni od aśraw. Aśrawa to jedno z nieprzetłumaczalnych słów w pali i sanskrycie. Oznacza coś w rodzaju trucizny, która zalewa umysł. To bardzo ekspresyjne słowo. Istnieją trzy aśrawy: kamaśrawa – oznaczająca truciznę pragnienia doświadczania poprzez pięć zmysłów, bhawaśrawa – trucizna pragnienia jakiejś formy uwarunkowanego istnienia (nawet istnienia jako bóg w niebie) i awidjaśrawa – trucizna duchowej niewiedzy. Kiedy te trzy trucizny znikną i jesteśmy tego świadomi, wtedy mówi się, że jesteśmy oświeceni: dotarliśmy do końca duchowej ścieżki.

Tych dwanaście etapów, od cierpienia do wiedzy o zniszczeniu asraw, tworzy duchową ścieżkę. (Tworzą one też cały proces wyższej ewolucji). To ujęcie wyraźnie pokazuje, że całe życie duchowe jest naturalnym procesem rozwoju. Każdy kolejny etap ścieżki powstaje z nadmiaru, z przepełnienia się, obfitości poprzedniego etapu. Gdy tylko jeden etap osiąga pełnię, w nieunikniony sposób przechodzi w następny. Tak samo jest też w medytacji. Czasem ludzie pytają: „Gdy w medytacji dojdziemy do pewnego etapu, jak mamy przejść do następnego?". Otóż nie ma potrzeby zadawać tego pytania. Jeśli osiągniemy pewien etap i będziemy go rozwijać aż stanie się doskonały, pełny i kompletny, wówczas z samej swej pełni, z własnego rozpędu, przejdziemy w następny etap. Kiedy kończymy jakiś niższy etap, automatycznie zaczynamy przechodzić do wyższego etapu rozwoju. Tak to właśnie wygląda. Kolejny etap ścieżki rodzi się z poprzedniego etapu, w którym osiągnęliśmy pełnię. Naprawdę nie musimy się przejmować następnym krokiem, następnym etapem. Powinniśmy

zadbać tylko o obecny etap, kultywować go. Można mieć teoretyczne wyobrażenie następnego etapu, ale zbytnio się nim nie przejmować. Kiedy obecny etap całkowicie się rozwinie, automatycznie przejdzie w następny. W pełni rozwijając, kultywując w sobie każdy kolejny etap ścieżki duchowej, osiągniemy stan buddy.

SANGHA

Sangha to trzeci z Trzech Klejnotów. Jest to duchowa wspólnota, w której skład wchodzą zarówno oświeceni, jak i nieoświeceni. W pierwszym rozdziale tego działu przyjrzymy się, co sangha oznacza w tradycyjnym buddyzmie i jakie poziomy tej społeczności można wyróżnić. Następnie Sangharakszita powraca do przewodniego tematu swego pisarstwa i zwraca uwagę na to, co łączy wszystkich buddystów, niezależnie od szkoły czy tradycji: pójście po Schronienie do Trzech Klejnotów. W kolejne rozdziałach rozpatruje trzy cechy wyróżniające prawdziwą duchową wspólnotę: prawdziwą komunikację, życzliwość oraz przyjaźń.

TRADYCYJNE ZNACZENIE SANGHI

Sangha, czyli społeczność duchowa, to trzeci Klejnot. Zgodnie z tradycją buddyjską wyróżniamy trzy poziomy sanghi: Arja-Sanghę, bhikszu-sanghę i maha-sanghę. Arja-Sangha to duchowo szlachetni, którzy mają transcendentalne osiągnięcia; bhikszu-sangha, to ci, którzy przyłączyli się do zakonu mnichów, założonego przez Buddę; a w skład maha-sanghi wchodzą wszyscy ci, którzy idą po Schronienie do Trzech Klejnotów. Oto i cała społeczność buddyjska, zjednoczona wspólnym oddaniem Buddzie, Dharmie i Sandze; fakt, że idą oni po Schronienie jest czynnikiem łączącym ich wszystkich.

Sangha, czyli społeczność duchowa, to trzeci Klejnot. Zgodnie z tradycją buddyjską wyróżniamy trzy poziomy sanghi: Arja-Sanghę, bhikszu-sanghę i maha-sanghę. Zbadanie znaczenia każdego z tych określeń pozwoli lepiej zrozumieć tradycyjnie przyjęte znaczenie sanghi[100].

Arja-Sangha

W określeniu Arja-Sangha, słowo „arja" znaczy dosłownie „szlachetna", a w rozszerzonym znaczeniu – „święta", zaś w buddyjskiej terminologii arja zawsze oznacza „mający kontakt z transcendentalnym". Zatem Arja-Sangha składa się ze świętych osób, arja-pudgalów, które osiągnęły i doświadczyły Transcendentalnego.

Osoby te mogą pozostawać ze sobą w kontakcie fizycznym lub nie, natomiast na poziomie duchowym łączą je wspólne, duchowe doświadczenia. Taka sangha jest czymś czysto duchowym: to pewna ilość osób żyjących w różnych miejscach, w różnych czasach, ale dzielących ponad przestrzenią i czasem te same duchowe osiągnięcia i doświadczenia.

Zgodnie z podstawowymi przekonaniami i naukami podzielanymi przez różne szkoły buddyjskie, wyróżnia się cztery rodzaje świętych osób: wchodzący w strumień (srotapanna), raz powracający (sakrydagamin), niepowracający (anagamin) i arahant. Osoby te tworzą hierarchię duchową pomiędzy zwykłą, nieoświeconą ludzkością a stanem buddy.

Ścieżkę do Oświecenia, której nauczał Budda, można podzielić w różny sposób na kolejne etapy. Podstawowy podział wyróżnia trzy wielkie etapy:

---

[100] Szczegółowe omówienie, zob. Sangharakszita, *The Three Jewels…*, cz. III.

etykę (sanskryt: śila, pali: sila), medytację (sanskrzt i pali: samadhi) i Mądrość (sanskryt: pradżnia, pali: pańńa). Mądrość, etap kulminacyjny, przychodzi w formie przebłysków Wglądu odsłaniających naturę Rzeczywistości. Przebłyski Wglądu pojawiają się bez pośrednictwa myślenia i koncepcji, są bezpośrednie i intuicyjne. Powstają zwykle w głębokiej medytacji.

W życiu duchowym odkrywamy, że nic nie pojawia się znienacka – wszystko przychodzi stopniowo, etapami. Na każdym etapie musimy postępować powoli i systematycznie. Odkrywamy więc, że Wglądy posiadają różny stopień intensywności. Można mieć nikły przebłysk Wglądu (jeśli medytacja jest słaba i nie może unieść niczego więcej), albo można mieć bardzo silny, olśniewający przebłysk Wglądu, który oświetla odległe głębie Rzeczywistości. Zależnie od intensywności Wglądu wyróżnia się różne rodzaje świętych osób.

Ten podział porusza ważną kwestię: jak mierzy się intensywność Wglądu? W buddyzmie Wgląd tradycyjnie mierzy się na dwa sposoby: subiektywnie, zgodnie z ilością duchowych więzów (pali: samjodżana), które jest on w stanie przerwać (wyróżniamy dziesięć więzów przywiązujących nas do koła życia, na którym się obracamy); i obiektywnie, zgodnie z liczbą odrodzeń pozostałych po osiągnięciu Wglądu.

Wchodzący w strumień. Pierwszym rodzajem świętej osoby jest tzw. wchodzący w strumień (srotapanna). Srotapanna dosłownie znaczy „ten, który wszedł do strumienia”, tzn. strumienia, który ostatecznie prowadzi do Nirwany[101]. Wchodzący w strumień rozwinął wystarczająco silny Wgląd, aby zerwać pierwsze trzy z dziesięciu więzów[102]. Zatrzymamy się nad nimi dłużej niż nad innymi więzami, ponieważ dotyczą nas one bezpośrednio.

Pierwsze więzy lub kajdany zwane są satkaja-dryszti (pali: sakkaja-ditthi), co znaczy „pogląd na osobowość”. Jest on dwojaki. Pierwszy to śaśwata-dryszti, wyrażający przekonanie, że po śmierci utrzymuje się niezmienna osobista tożsamość. Stanowi on formę tradycyjnej wiary w duszę (niezmienną tożsamość ego), która różni się zupełnie od ciała i trwa po śmierci (idzie do nieba albo się reinkarnuje). Dusza przypomina kulę bilardową, która toczy się, nie podlegając zmianom, niczym odrębna

[101] Więcej informacji zob. Sangharakszita, *The Meaning…*, s. 29-49.

[102] Omówienie zerwania trzech pierwszych więzów, zob. Sangharakszita, *The Taste of Freedom*, Windhorse, Glasgow 1990.

jednostka, a nie element procesu. Drugi pogląd o osobowości utrzymuje, że po śmierci przychodzi zapomnienie: śmierć jest końcem, wszystko się kończy, życie zostaje odcięte (tradycyjny termin palijski „uććeda" dosłownie znaczy „odciąć"). Inaczej mówiąc, ten pogląd utrzymuje, że psychiczna strona życia, podobnie jak strona materialna i fizyczna, kończy się wraz ze śmiercią.

Według buddyzmu oba te poglądy są skrajnościami wynikającymi z błędnego zrozumienia. Buddyzm, propagując drogę środka, uczy, że śmierć nie jest końcem: kiedy umiera ciało fizyczne, nie następuje całkowite zatrzymanie procesów umysłowych, psychologicznych i duchowych – one trwają. Ale tym, co trwa, nie jest niezmienne ego czy dusza, lecz niezwykle złożony proces – umysłowy, psychologiczny, duchowy – wciąż się zmieniający i płynący jak strumień. To, co trwa po śmierci według buddyzmu, można by określić jako przepływ zdarzeń psychicznych[103].

Drugie kajdany to wiczikitsa (pali: wiczikiczcza), co zwykle tłumaczy się jako „sceptyczne powątpiewanie", a czasem jako „niezdecydowanie". Nie chodzi tu o szczere wątpienie, o którym mówi Tennyson:

Więcej jest wiary w szczerym wątpieniu,
Niźli w niejednej recytacji Credo.[104]

Wicikitsa to niechęć do dojścia do konkretnych konkluzji. Ludziom brak jest stanowczości, lubią trwać w rozterce, wyczekiwać bez określania się. Trwają w tym stanie wahania, nie mogąc – ani tak naprawdę nie chcąc – się zdecydować. Jeśli ich spytać o życie po śmierci, przyznają, że jednego dnia myślą tak, a drugiego inaczej. Nie chcą jasno przemyśleć tej kwestii do końca. Dlatego ten stan niezdecydowania z wygody, to nic innego jak więzy, które zgodnie z nauką buddyjską muszą zostać zerwane.

Trzecie więzy to śilawrata-paramarśa (pali: silabbata-paramasa), zwykle błędnie tłumaczone jako „przywiązanie do rytuałów i ceremonii". Jednak śilawrata-paramarśa dosłownie znaczy „trzymanie się zasad etycznych i praktyk religijnych jako celów samych w sobie". Tutaj śila wcale nie jest rytuałem – jest etyczną regułą czy zasadą. (Jeśli mówisz, że zgodnie z buddyzmem nie wolno ci odbierać życia, jest to śila, zasada etyczna).

---

103 Zob. fragment o odrodzeniu, s. 57.

104 *In Memoriam*, część xcvi, strofa 3.

Wrata to wedyjskie określenie ślubowania, ale w znaczeniu praktyki religijnej. Właściwym słowem w formułowaniu tych przeszkód jest paramarśa, oznaczające trzymanie się, chwytanie. Zatem trzymanie się nawet zasad etycznych, nawet (dobrych) praktyk religijnych jako celów samych w sobie – jest rodzajem kajdan.

Przypomina to przypowieść Buddy o tratwie[105]. Przez tę przypowieść Budda uczy, że Dharma we wszystkich swych aspektach jest środkiem do celu. Jeśli zaczynamy myśleć, że zasady etyczne czy praktyki religijne – nawet medytacja, nawet studiowanie pism – są celem samym w sobie, wówczas stają się one więzami, a więzy muszą zostać zerwane. A więc traktowanie jako cel sam w sobie praktyk religijnych i obrzędów, które są dobrym środkiem wiodącym do celu, ale same nie stanowią celu, jest przeszkodą.

To są trzy pierwsze więzy. A zatem wejście w strumień osiągamy poprzez zrozumienie ograniczeń „ja", zrozumienie potrzeby określenia się i zdecydowanego zaangażowania oraz zrozumienie względności wszystkich praktyk i obrzędów religijnych. Według tradycji buddyjskiej, kiedy osiągamy wejście w strumień, pozostaje nam nie więcej niż siedem odrodzeń w kole życia – może być ich mniej, ale nie więcej. Dlatego wejście w strumień reprezentuje ważny etap w życiu duchowym. Można nawet powiedzieć, że reprezentuje nawrócenie w prawdziwym sensie.

Co więcej, wejście w strumień leży w naszym zasięgu i wszyscy poważnie praktykujący buddyści powinni to brać pod uwagę. Nie ma sensu bawić się w praktykę, trochę medytując i powierzchownie przestrzegając wskazań, może od czasu do czasu rzucając okiem na Nirwanę. Musimy poważnie wziąć pod uwagę możliwość, że w tym życiu da się zerwać trzy więzy, wejść w strumień i poczynić postępy na drodze do Oświecenia.

Raz powracający. Drugim rodzajem świętej osoby jest tzw. raz powracający (sakrydagamin); ten, kto powraca jeszcze tylko raz na ziemię jako ludzka istota. Zerwał pierwsze trzy więzy i osłabia dwa następne. Osłabia czwarte więzy – pragnienie egzystencji pośród doznań zmysłowych (kama-raga) i piąte więzy – niechęć czy złość (wjapada). Te więzy

[105] W tej przypowieści Buddha mówi o Dharmie jako tratwie, która przewozi nas z tego brzegu, brzegu samsary, na drugi brzeg, brzeg Nirwany. *The Middle Length Sayings (Majjhima-Nikaya)…*, t. I, s. 134-5.

są bardzo mocne. Pierwsze trzy zrywa się względnie łatwo. To więzy „intelektualne" i dlatego mogą być zerwane przy pomocy jasnego zrozumienia, czyli Wglądu. Czwarte i piąte więzy z kolei są emocjonalne, zatem wrastają w nas o wiele głębiej i o wiele trudniej jest je zerwać. Dlatego, żeby stać się raz powracającym, wystarczy tylko osłabić te dwa więzy.

Podam parę uwag na temat więzów. Kama-raga to pragnienie czy pęd ku egzystencji wśród doznań zmysłowych. Trzeba się nieco zastanowić, żeby zrozumieć, jak silne jest to pragnienie. Wyobraźmy sobie, że nagle jesteśmy pozbawieni wszystkich zmysłów. W jakim stanie byłby nasz umysł? Bylibyśmy w stanie strasznej deprywacji. Pragnęlibyśmy za wszelką cenę nawiązać kontakt: widzieć, słyszeć, czuć, smakować, dotykać. Myśląc o tym, możemy w pewnym stopniu zrozumieć, jak naprawdę silne jest to pragnienie. (Wiemy, że w czasie śmierci tracimy zdolność kontaktu za pomocą zmysłów; już nie widzimy, nie słyszymy, nie czujemy, nie smakujemy ani nie dotykamy. Umysł odrywa się od rzeczy i zawiesza w potwornej pustce – potwornej dla tych, którzy chcą kontaktować się z zewnętrznym światem poprzez pięć zmysłów).

Tak jak czwarte kajdany są mocne i trudno jest je osłabić, tak samo dzieje się też z piątymi, złością (wjapada). Czasem czujemy się tak, jakby biło w nas źródło złości szukające ujścia. Nie chodzi o to, że coś się przydarza i wpadamy w złość, ale raczej złość już w nas jest i tylko szukamy wokół siebie celu, na który można by ją skierować. Ta złość jest w nas głęboko zakorzeniona.

Niepowracający. Trzecim rodzajem świętej osoby jest tzw. niepowracający (anagamin). Podczas gdy raz powracający tylko osłabia czwarte i piąte więzy, niepowracający je zrywa; zrywa wszystkich pięć niższych więzów: trzy intelektualne i dwa emocjonalne. Zerwawszy je, nie wraca już na ludzki poziom. Według tradycji buddyjskiej odradza się w sferze zwanej czystymi siedzibami[106](śuddhawasa) na szczycie świata czystej formy (rupa-dhatu)[107]. Tam po śmierci osiąga Nirwanę.

---

106 Czyste siedziby, to „grupa niebiańskich podpoziomów umiejscowionych na szczycie świata czystej formy (q.v.). Jest ich pięć". *The Three Jewels*…, s. 162.

107 Zob. s. 99. Rupaloka, „świat czystej formy" i arupaloka, dosłownie „świat bezforemny", to tradycyjnie dwa najwyższe światy potrójnego systemu świata, czyli doczesnego wszechświata według buddyjskiej kosmologii; trzeci i najniższy świat to kamaloka, czyli świat pragnienia zmysłowego. Każdy z tych trzech światów

Arahant. Czwartym rodzajem świętej osoby jest arahant, co znaczy po prostu „szlachetny" albo „czcigodny". Arahant to ktoś, kto osiągnął Oświecenie w tym życiu. Zrywa wszystkie dziesięć więzów: pięć niższych i pięć wyższych. Pokrótce opiszę pięć wyższych więzów.

Szóstymi więzami jest pragnienie istnienia w świecie formy (rupa-raga). Zamiast „świat formy" możemy powiedzieć „sfera archetypowa". Siódmymi – pragnienie życia w światach bezforemnych (arupa-raga). Ósme kajdany to zarozumiałość (mana). Nie jest to zarozumiałość w zwykłym znaczeniu (jak wtedy, gdy ktoś mówi: „jestem bardzo piękna" albo „jestem bardzo bystry"), ale zarozumiałość wynikająca z poczucia, że ja jestem „ja", że „ja" nie jestem „nie-ja" albo – jak powiedział Budda – że jestem albo lepszy, albo gorszy, albo równy innym. Arahant całkowicie porzuca tego rodzaju zarozumiałość (nawet nie myśli, że osiąga Nirwanę). Dziewiąte więzy to niestabilność czy drżenie (sanskryt: auddhatja, pali: uddhaczcza). To coś bardzo subtelnego. To tak, jakby przyszły arahant zastygł między krańcem świata zjawisk a Nirwaną i lekko się wahał, jeszcze nie całkiem osiadł w Nirwanie. I wreszcie dziesiąte więzy, najbardziej podstawowe i najsilniejsze ze wszystkich, to niewiedza (sanskryt: awidja, pali: awidżdża). To jest pierwotna niewiedza, duchowa ciemność. Arahant rozprasza tę ciemność światłem Mądrości i, zerwawszy wszystkie więzy, osiąga Nirwanę.

Te cztery rodzaje świętych osób tworzą Arja-Sanghę. Kiedy jako część recytacji trzech Schronień mówimy: „Sangham saranam gaczczami", to przyjmujemy Schronienie przede wszystkim w Sandze jako Arja-Sandze.

---

podzielony jest na pewną ilość poziomów czy sfer. Cztery poziomy rupaloki odpowiadają czterem rupa dhjanom, czyli poziomom wyższej świadomości, a cztery poziomy arupaloki – czterem arupa dhjanom. Rupaloka zwana jest też światem form archetypowych, światem doświadczanym na subtelnym poziomie, poza poziomem doświadczenia zmysłowego, postrzeganym bardziej bezpośrednio przez umysł i zawierającym subtelne formy przepełnione jasnością i świetlistością, które ucieleśniają jakości ważne emocjonalnie, a nawet duchowo. W doświadczeniu arupaloki świadomość jest w tak wysokim stopniu oczyszczona, że obiektywny biegun doświadczenia jest również odpowiednio oczyszczony i wysubtelniony. Zarówno rupa-, jak i arupaloki doświadcza się jako rezultat zręcznych (naturalnie etycznych) działań, ale doświadczenie obu jest tymczasowe i światowe, ponieważ Wgląd, cel ścieżki, ciągle nie został osiągnięty.

Sangha bhikszu

Po drugie, mamy sanghę bhikszu. Składa się ona z tych, którzy „porzucili życie rodzinne”[108] i dołączyli do zakonu założonego przez Buddę. Sangha bhikszu przestrzega powszechnego zbioru 150 reguł (pratimoksza)[109].

Do sanghi bhikszu wstępuje się po wyświęceniu na mnicha przez lokalną sanghę lub jej kapitułę. Musi się ona składać przynajmniej z pięciu w pełni wyświęconych mnichów, w tym przynajmniej jednego starszego (sthawira). Zgodnie z tradycją w czasie wyświęcenia przekazywany jest sthawirze (może to być ten sam, który prowadził wyświęcenie) i pozostaje z nim, pod jego opieką, co najmniej pięć, a najlepiej dziesięć lat. (Znaczące jest, że tylko sthawirowie, czyli ci, którzy byli w zakonie przez dziesięć lat, mogą działać jako nauczyciele).

Obowiązki mnicha w buddyzmie są wielorakie: po pierwsze – studiować i praktykować Dharmę, szczególnie medytację; po drugie – być przykładem dla świeckich; po trzecie – modlić się i nauczać; po czwarte – chronić przed szkodliwymi wpływami psychicznymi; po piąte – udzielać rad w sprawach światowych.

Dzisiaj w krajach buddyjskich istnieją dwie gałęzie święceń zakonnych: gałąź therawady (istniejąca na Sri Lance, w Myanmarze (Birma), Tajlandii, Kambodży i Laosie) oraz gałąź sarwastiwady (w Tybecie, Chinach, Wietnamie i Korei). Istnieje niewielka różnica między sposobem życia i regułami przestrzeganymi przez mnichów tych dwóch wielkich tradycji, gdyż mają tę samą pratimokszę[110]. (Japonia to szczególny przypadek, bo chociaż święcenia zakonne zostały tu wprowadzone kilka wieków temu, to zanikły, a ich miejsce zajęły inne święcenia, np. bodhisattwy).

---

[108] Na początku swego poszukiwania Prawdy Budda prowadził życie bezdomnego wędrowca, zwanego pariwradżaką (pali: paribbadżaka), dosłownie „tym, który odszedł”, tzn. odszedł od życia w domu. Budda i jego uczniowie w owym czasie byli jedną z wielu takich grup wędrowców w północno-wschodnich Indiach. Zob. Sangharakszita, *The Three Jewels…*, s. 205-6.

[109] Omówienie terminu „pratimoksza” (dosłownie, według niektórych uczonych, „wiążące”, „obowiązkowe”, „obowiązek”) zob. Sangharakszita, *The Ten Pillars of Buddhism*, Windhorse, Birmingham 1996, s. 40 i n.

[110] Regułę mnisią – przyp. red.

Maha-sangha

Po trzecie, istnieje maha-sangha, czyli wielka sangha. Nazywana jest tak z powodu wielkiej ilości członków. Jest zbiorowością tych, którzy akceptują pewne zasady i prawdy duchowe, bez względu na to, czy podążają za powołaniem do oddzielenienia się od świata jako mnisi, czy żyją w świecie, chociaż są niezupełnie z tego świata). Maha-sangha obejmuje arjów i anarjów, czyli mnichów i osoby świeckie. To cała buddyjska społeczność, na wszystkich poziomach, zjednoczona przez wspólne oddanie dla Buddy, Dharmy i Sanghi i składająca się z tych, którzy przyjmują Schronienie w Trzech Klejnotach. Łączy ich to, że wspólnie idą po Schronienie.

PRYMAT PÓJŚCIA PO SCHRONIENIE

Kim jest buddysta? Buddysta to ten, kto idzie po Schronienie: ten, kto poświęca się Buddzie, Dharmie i Sandze ciałem, mową i umysłem, czyli całkowicie. Poświęcenie Trzem Klejnotom jest pierwszorzędne, a prowadzenie szczególnego trybu życia jest drugorzędne. Pójście po Schronienie to esencja bycia buddystą. Jest to najprostsza, ale zarazem najważniejsza rzecz w buddyzmie.

Skąd wiadomo, kto jest oddany buddyzmowi? Skąd wiadomo, kto posiada motywację do rozwoju duchowego? Jakie jest jej kryterium? Kim jest buddysta? Chociaż nie wszyscy buddyści zgodzą się ze mną, osobiście odpowiedziałbym bez wahania, że buddystą jest ten, kto idzie po Schronienie: ten, kto poświęca się Buddzie, Dharmie i Sandze ciałem, mową i umysłem, czyli całkowicie.

Na potwierdzenie tej opinii znajdziemy wiele przykładów w pismach buddyjskich, szczególnie w pismach palijskich. Czytamy w nich o Buddzie wędrującym z miejsca na miejsce i żebrzącym o jedzenie. Podczas swych wędrówek zwykle spotyka kogoś (może to być kapłan bramiński, chłop albo młody człowiek w mieście, wędrowny asceta, gospodyni domowa albo książę). Zaczynają rozmawiać i wcześniej czy później ta osoba zadaje Buddzie pytanie (może o sens życia albo o to, co dzieje się po śmierci) i Budda odpowiada.

Budda mógł odpowiadać dość długo albo ledwie kilkoma słowami. Jeśli miał natchnienie, mógł odpowiedzieć wierszem, wygłaszając tak zwaną

u d a n ę; czasami mógł odpowiedzieć całkowitym milczeniem albo wydać jeden ze swoich słynnych „ryków lwa" (pali: sihanada), czyli pełne i szczere, niemal wyzywające obwieszczenie swego wielkiego doświadczenia duchowego i ścieżki, której nauczał.

Niezależnie od tego, co Budda powiedział (albo czego nie powiedział), jeśli słuchacze pozostawali otwarci, rezultat był taki sam – głęboko nimi wstrząsał. Czasem manifestowało się to zewnętrznie: włosy mogły stanąć im dęba, mogli ronić łzy albo gwałtownie drżeć. Prawdopodobnie czuli się poruszeni do głębi. Doświadczali ogromnej iluminacji (jakby ujrzeli wielkie światło), ogromnego poczucia wolności (czuli się, jakby zdjęto z ich barków wielki ciężar albo jakby nagle zostali wypuszczeni z więzienia). Czuli się duchowo odrodzeni.

Co w takiej chwili, w tym punkcie zwrotnym swojego życia taki człowiek mówił? Co odpowiadał Buddzie? Według starożytnych tekstów palijskich mówił: „Buddham saranam gaczczami! Dhammam saranam gaczczami! Sangham saranam gaczczami!", co znaczy: „Idę po Schronienie do Buddy! Idę po Schronienie do Dharmy! Idę po Schronienie do Sanghi!". Jego odpowiedzią było pójście po Schronienie, oddanie się. Wizja, jaką Budda mu ukazał – wizja Prawdy, egzystencji, ludzkiego życia w całej jego głębi i złożoności – okazywała się tak wielka, że jedyne, co mógł zrobić, to poświęcić się jej całkowicie. Chciał żyć dla tej wizji, a jeśli trzeba, to umrzeć dla niej.

Po tym można poznać, kto jest buddystą. Takie jest kryterium. Buddystą jest ten, kto idzie po Schronienie, wychodząc naprzeciw Buddzie i jego naukom. Buddystą jest ten, kto poświęca się Trzem Klejnotom. Takie było kryterium w czasach Buddy i takie jest dzisiaj[111].

Wydaje się oczywiste, że organizacje buddyjskie mogą być prowadzone tylko przez tych, którzy całym sercem poświęcili się Trzem Klejnotom. Co więcej, organizacja buddyjska prowadzona przez oddanego buddystę nie jest już organizacją w zwykłym znaczeniu tego słowa – staje się ruchem duchowym. Tym, co nazywamy społecznością duchową: związkiem oddanych jednostek, dobrowolnie pracujących razem dla wspólnego duchowego celu. W ten sposób oddanie rodzi społeczność duchową.

---

[111] Szczegółowe studium o znaczeniu pójścia po Schronienie, zob. Sangharakszita, *The History…*; tenże, wcześniejsza broszura *Going for Refuge…*

Wspólnota duchowa nie jest organizacją buddyjską: składa się z osób, które stały się jej członkami poprzez ordynację. Według buddyzmu, ordynacja jest pełnym, formalnym wyrazem powierzenia się Trzem Klejnotom i zaangażowaniem w praktykę duchową oraz uznaniem tego faktu przez tych, którzy już się sami powierzyli i zaangażowali. Do organizacji można się przyłączyć, wpłacając wymaganą składkę, ale do wspólnoty można zostać przyjętym tylko przez oddanie Trzem Klejnotom i zaangażowanie w praktykę. Wspólnota opiera się na zaangażowaniu i na istnieniu społeczności duchowej albo, ujmując to w bardziej tradycyjnej terminologii buddyjskiej, na pójściu po Schronienie i na sandze. Istnieją trzy czynniki, które jasno pokazują, dlaczego to wspólnota buddyjska, społeczność duchowa, a nie organizacja buddyjska, odgrywa kluczową rolę we wprowadzaniu buddyzmu na Zachód.

Po pierwsze, istnieje coś w rodzaju inercji albo siły nawyku. Buddyzm zaczął się stawać znany na Zachodzie (włączając objęte wpływem Zachodu Indie) ponad sto lat temu[112]. W tamtym czasie nastąpił wielki rozwój wiedzy, szczególnie w dziedzinie naukowej. Zakładano towarzystwa, których celem było badanie wielu różnych pól wiedzy. (Struktury tych towarzystw obejmowały: ogólne członkostwo, roczne ogólne zebrania członków, pracowników oraz wstęp po wpłaceniu składki członkowskiej). Nieuchronnie, wcześniej czy później, musiały powstać towarzystwa poświęcające się studiowaniu buddyzmu, publikacjom tekstów buddyjskich itp.

Dopóki podejście do buddyzmu pozostawało czysto naukowe czy akademickie, takie towarzystwa były odpowiednie. Ale gdy podchodzimy do buddyzmu w bardziej praktyczny, bardziej duchowy, a nawet egzystencjalny sposób – już nie. Niestety, ludzie nie zdawali sobie z tego sprawy. Myśleli, że organizacja poświęcona rozpowszechnianiu buddyzmu powinna mieć taką samą strukturę, jak organizacja poświęcona naukowym studiom nad buddyzmem. Ponadto ludzie na prominentnych stanowiskach w organizacjach buddyjskich zwykłego typu byli bardzo

[112] Jedną z pierwszych książek, które zwróciły uwagę angielskojęzycznego świata na buddyzm, była książka Edwina Arnolda *The Light of Asia*, opublikowana w 1879 r. Natomiast naukowiec Max Muller przyczynił się do wprowadzenia na Zachód pism buddyjskich i był współzałożycielem Pali Text Society, które powstało w 1881 r.

zadowoleni z istniejącego stanu rzeczy. W końcu ta struktura dawała im pewną władzę i autorytet, z których nie chcieli zrezygnować.

Powody te (drugi i trzeci) wynikają z tradycji. Drugim powodem jest dewaluacja pójścia po Schronienie. Historia buddyzmu jest długa; w ciągu tysiąca lat rozprzestrzenił się on praktycznie na całą Azję. Miliony ludzi powierzało się Buddzie, Dharmie i Sandze; recytowało formułę Schronienia „Buddham saranam gaczczami" itd. W końcu jednak zaczęto recytować formułę Schronienia zwyczajowo. Nie z poczucia przynależności czy oddania, ale dlatego, że recytowali ją rodzice lub dziadkowie. (Czasem ludzie uważają się za „urodzonych buddystów", ale to sprzeczność sama w sobie).

Dzisiaj w buddyjskich krajach Azji przeważnie tak to wygląda. Pójście po Schronienie nie jest już uważane za wyraz szczerego, osobistego, duchowego oddania. Recytowanie formuły Schronienia i wskazań pokazuje tylko, że należy się do określonej grupy społecznej i kulturowej. W Indiach, na przykład, Syngalezi, Tajowie i Birmańczycy oraz buddyści hinduscy recytują wskazania i formułę Schronienia, kiedy tylko nadarzy się okazja: podczas wielkich zgromadzeń publicznych, wesel, pogrzebów, ceremonii nadania dzieciom imion. Ludzie recytują, ale nie dbają o znaczenie tych słów. Recytują je w celu pokazania, że są dobrymi buddystami czy przyzwoitymi obywatelami, tymczasem recytowanie formuły Schronienia nie uważa się za wyraz oddania ideałom buddyjskim. W ten sposób pójście po Schronienie zostało zdewaluowane, żeby nie powiedzieć – umniejszone i zdeprecjonowane.

A stanowi przecież podstawowy akt w życiu buddysty – czyni go buddystą. W buddyzmie jest to najprostsza i najważniejsza sprawa.

Ostatnim powodem wyraźnej niechęci do założenia wspólnoty zamiast jeszcze jednej organizacji buddyjskiej jest przecenianie monastycyzmu, szczególnie formalnego monastycyzmu[113]. Jeśli rozmawia się z poważnie myślącym buddystą ze Wschodu, szczególnie z południowo-wschodniej Azji, i spyta się go, kto jest prawdziwym buddystą, najczęściej odpowie, że prawdziwym buddystą jest mnich. Powie, że jeśli naprawdę chcesz praktykować buddyzm, musisz zostać mnichem. Człowiek świecki nie może praktykować buddyzmu albo może go praktykować tylko w bardzo

[113] Monastycyzm – życie klasztorne lub zakonne – przyp. red.

ograniczonym stopniu. A najlepsze, co może zrobić, to wspierać mnichów: dostarczać im pożywienie, ubrania, mieszkanie i lekarstwa. W ten sposób laik gromadzi zasługi i ma nadzieję na odrodzenie po śmierci w niebie, a przynajmniej na odrodzenie na ziemi w bogatej rodzinie. Ponieważ pójście po Schronienie zdewaluowało się, przecenia się monastycyzm. Bycie buddystą jest już nie kwestią oddania się Trzem Klejnotom, ale zostania mnichem.

Nie chcę w żadnym razie umniejszać wartości monastycyzmu – to byłaby druga skrajność. Ale żeby być buddystą, niekoniecznie trzeba zostać mnichem, natomiast koniecznie trzeba pójść po Schronienie. Poświęcenie Trzem Klejnotom jest pierwszorzędne, a prowadzenie szczególnego trybu życia jest drugorzędne. Tymczasem dla wielu ludzi oddanie znajduje wyraz w prowadzeniu zakonnego życia. Owszem, było tak, szczególnie w czasach Buddy, ale nawet wtedy nie w każdym przypadku. Według tekstów palijskich niektórzy uczniowie Buddy osiągnęli wysoki poziom rozwoju duchowego, żyjąc jako ludzie świeccy. Dlatego, chociaż wielu oddanych Klejnotom ludzi prowadzi podobny styl życia, ważne jest, żeby rozróżniać między oddaniem a stylem życia.

Mówiłem o oddaniu znajdującym wyraz w prowadzeniu życia klasztornego. Rozumiem przez to oddanie znajdujące wyraz w prowadzeniu życia klasztornego, które jest autentyczne i prawdziwe. Niestety, nie zawsze tak się to rozumie. W wielu częściach Azji oddanie zastąpiono monastycyzmem. Na ogół nie jest to autentyczny monastycyzm, ale tylko formalny. W wielu częściach buddyjskiego świata osoby świeckie pozorują pójście po Schronienie (po prostu recytują formułę Schronienia przy wszelkich możliwych okazjach) i w bardzo podobny sposób mnisi pozorują bycie mnichami: co jakiś czas recytują reguły zakonne, nie pytając siebie, co naprawdę znaczą. Kiedy położymy nacisk na pójście po Schronienie, nie będziemy już przeceniali monastycyzmu – zajmie on właściwe mu miejsce jako jeden z możliwych sposobów życia oddanego buddysty.

ZALĄŻEK NOWEGO SPOŁECZEŃSTWA

Być członkiem społeczności duchowej oznacza opierać nasze relacje z innymi na wspólnym zaangażowaniu w praktykę i na wspólnym ideale. Jeśli staramy się odnosić do siebie i do innych w ten sposób, doświadczamy siebie coraz

bardziej prawdziwie i intensywnie. Możemy być sobą, całkowicie, w pełni, wspierając się nawzajem i rzucając sobie wyzwania. A kiedy członkowie wspólnoty duchowej łączą swe siły, by zaoferować innym ludziom zajęcia i metody prowadzące do rozwoju duchowego, tworzą wtedy pomost pomiędzy wspólnotą duchową a światem.

Co członkowie społeczności duchowej robią dla siebie? Przede wszystkim prowadzą indywidualną praktykę duchową: studiują teksty, medytują, praktykują właściwe zarobkowanie[114], przestrzegają wskazań.

Po drugie, członek społeczności duchowej odnosi się do innych na podstawie czysto (lub przynajmniej przeważająco) duchowej, czyli na podstawie oddania wspólnemu duchowemu ideałowi.

Spotykamy ludzi cały czas – w domu, w biurze, na ulicy, w klubie itd. Odnosimy się do nich w różny sposób, co zwykle zależy od naszych potrzeb. Czasem jest to potrzeba seksualna, czasem psychologiczna albo emocjonalna, czasem ekonomiczna albo towarzyska – ale jest to potrzeba i dlatego bardzo często taka relacja opiera się na wykorzystywaniu. (Potrzeba może być wzajemna, a wtedy relacja oparta jest na obopólnym wykorzystywaniu). Bardzo często nie chcemy przyznać, że u podstaw relacji leżą nasze potrzeby; nie lubimy mówić o tym, czego naprawdę chcemy od innych ludzi, a czasem nie jesteśmy tego w pełni świadomi. W związku z tym bardzo często nasze relacje są nieuczciwe, a w najlepszym razie zagmatwane. Towarzyszy im wzajemne niezrozumienie i racjonalizacja.

W społeczności duchowej nie odnosimy się do innych w ten sposób. Chcemy się rozwijać duchowo i inni również; oni poszli po Schronienie i my poszliśmy po Schronienie. Dlatego też nasze relacje opierają się na wspólnym oddaniu i wspólnym ideale – naszej najwyższej wspólnej sprawie. Jeśli odnosimy się tak do innych, to doświadczamy ich w niecodzienny sposób – jako istoty duchowe. Ponieważ innych doświadczamy jako istoty duchowe, to także siebie doświadczamy jako istotę duchową. A skoro każdy z nas doświadcza siebie jako istotę duchową, tempo

[114] Zastosowanie podstawowych zasad etycznych buddyzmu w całym obszarze zatrudnienia przynoszącego dochód, czyli utrzymywania się z pracy, zwane jest właściwym zarobkowaniem. Takie zarobkowanie, żeby było etyczne, musi być wolne od przemocy i wyzysku oraz, o ile to możliwe, powiązane z celem duchowym. Szczegółowe omówienie tego zagadnienia, zob. Sangharakszita, *Wizja i transformacja…*, rozdz. V.

rozwoju duchowego wzrasta i doświadczamy siebie coraz bardziej prawdziwie i intensywnie.

Ujmując to prościej, w obrębie społeczności duchowej możemy być sobą, czyli takim, jakim jesteśmy u szczytu swoich możliwości. (Często, kiedy mówimy o „byciu sobą", mamy na myśli siebie w najgorszych sytuacjach; mamy na myśli ujawnianie tej części siebie, do której zwykle nie chcemy się przyznać. Ale bycie sobą może oznaczać ujawnianie tego, co w nas najlepsze. Bardzo często to, co najlepsze, a nie to, co najgorsze, nie ma możliwości wyrażenia się). W obrębie społeczności duchowej możemy ukazać się od najlepszej strony, a nawet – jeśli to konieczne – od najgorszej, ale możemy być sobą całkowicie, w pełni, doskonale.

W zwykłym życiu jest to rzadko możliwe, nawet gdy jesteśmy z naszymi najbliższymi, o czym większość z nas bardzo dobrze wie. Może to być nasza matka czy ojciec, mąż, żona albo przyjaciel, ale bardzo często przy pewnych okazjach lub w związku z pewnymi tematami nie możemy naprawdę wyrazić siebie. Wielu ludzi przechodzi przez życie, nie mogąc być sobą, całkowicie i stale, z nikim, więc trudno im jest doświadczyć prawdziwego siebie.

W obrębie społeczności duchowej możemy być sobą nawet z wieloma ludźmi. Możemy przebywać z pięcioma, sześcioma, dziesięcioma lub dwunastoma osobami i wciąż być sobą. (Może być obecnych czterdzieści, pięćdziesiąt, sześćdziesiąt ludzi i wszyscy są wciąż sobą). Większość ludzi nigdy czegoś takiego nie doświadczyła, ale to jest zupełnie możliwe w społeczności duchowej, ponieważ tutaj kontaktujemy się w oparciu o to, co jest w każdym z nas najlepsze i najwyższe.

Dzięki temu w społeczności duchowej doświadczamy wielkiej ulgi i radości. Nie musimy stosować żadnych mechanizmów obronnych, nie musimy udawać, nie musi dochodzić do nieporozumień. Można pozostać sobą w kontakcie z innymi, którzy też pozostają sobą. Kiedy między ludźmi wszystko jest zupełnie czytelne, nie dochodzi do nieporozumień. W takiej sytuacji rozwijamy się szybciej niż w innych okolicznościach. Robimy duży postęp przez fakt, że należymy do duchowej społeczności, to znaczy należymy aktywnie (tak naprawdę nie da się należeć inaczej niż aktywnie).

Co członkowie społeczności duchowej robią dla siebie nawzajem? Pomagają sobie na wszelkie możliwe sposoby. Pomagają sobie duchowo.

Pomagają sobie psychologicznie, ekonomicznie, a nawet w zwykłych sprawach codziennego życia. Dwa następujące sposoby pomagania w społeczności duchowej zasługują na naszą szczególną uwagę.

Po pierwsze, jak wiemy, wewnątrz społeczności duchowej relacje powinny opierać się na wspólnym zaangażowaniu w praktykę i wspólnym ideale. Nie zawsze jest to łatwe. Do społeczności duchowej przyłącza się wielu ludzi z wielu różnych środowisk, o różnych światopoglądach i temperamentach. Z niektórymi układa się nam dobrze, ale z innymi mniej. Ku naszemu przerażeniu możemy nawet stwierdzić, że niektórych nie lubimy. Co możemy zrobić? Nie chcemy opuścić społeczności duchowej i trudno też, żebyśmy ich poprosili o odejście. Pozostaje nam tylko razem nad tym pracować. Musimy zrozumieć, że to, co nas połączyło, jest o wiele ważniejsze od tego, co nas dzieli i musimy się nauczyć – nawet w obliczu przykrych doświadczeń – komunikować się w oparciu o to, co jest nam wspólne. W ten sposób członkowie społeczności duchowej pomagają sobie nawzajem przezwyciężyć czysto subiektywne antypatie i ograniczenia oraz pomagają sobie nawzajem komunikować się w oparciu o to, co jest wspólne i wyższe.

Po drugie, rozwój duchowy nie jest łatwy. Ciężko jest wykorzenić niezręczne myśli i rozwinąć zręczne[115]. Może się nam zdarzyć, że będziemy mieć ochotę rzucić to wszystko. Albo poczujemy, że dłużej już nie wytrzymamy, że to wbrew naszej naturze, że to zbyt trudne. Możemy mieć ochotę opuścić społeczność duchową. W takich sytuacjach członkowie społeczności duchowej wspierają się nawzajem, zachęcają i inspirują. Może to jest nawet najważniejsze, co można dla siebie nawzajem zrobić: podtrzymywać się wzajemnie, kiedy wpada się w ten trudny i niepokojący stan przygnębienia, jak czasem zdarza się to członkom wspólnoty duchowej, przynajmniej do chwili, gdy znów mocno stanie się na ścieżce. Kiedy przechodzimy przez takie kryzysy, wielką pociechę stanowi grono członków społeczności duchowej, które szczerze życzy nam dobrze i pragnie naszej duchowej pomyślności.

---

[115] Wyjaśnienie tych terminów, zob. s. 162 i n. Piąty etap albo człon Ośmiorakiej Ścieżki polega na powstrzymywaniu i usuwaniu niezręcznych oraz rozwijaniu i podtrzymywaniu zręcznych. Zob. Sangharakszita, *Wizja i transformacja…*, rozdz. VI.

I wreszcie, co członkowie społeczności duchowej robią dla świata? Przede wszystkim chciałbym wyjaśnić jedną rzecz. Członkowie społeczności duchowej nie są zobowiązani do robienia dla świata czegokolwiek. Kluczowe znaczenie ma tu słowo „zobowiązani". Cokolwiek robią, robią to całkowicie dobrowolnie, bo chcą to robić. Robią to nawet w ramach procesu własnego rozwoju duchowego. Innymi słowy, społeczność duchowa nie musi usprawiedliwiać się przed światem ze swego istnienia. Nie musi udowadniać, że niesie ze sobą postęp społeczny i ekonomiczny albo że jest pomocna rządowi. Nie musi dowodzić, że przynosi światu wymierne materialne korzyści.

Ogólnie rzecz biorąc, członkowie społeczności duchowej robią dla świata dwie rzeczy. Po pierwsze, podtrzymują istnienie samej społeczności duchowej. Dla świata dobre jest, iż taka grupa jak społeczność duchowa powstała, że istnieją ludzie, którzy poświęcili się życiu duchowemu, próbują rozwinąć umysł. Jest to dobre, ponieważ stwarza zdrowszą atmosferę.

Po drugie, członkowie społeczności duchowej pomagają światu, ponieważ budują pomost między światem a społecznością duchową, a przynajmniej kładą jego podwaliny. Dajmy na to pięciu lub więcej członków zbiera się razem i prowadzi różnorodną działalność, która sprzyja rozwojowi umysłu i pomaga ludziom się rozwijać. Prowadzą może zajęcia z medytacji, odosobnienia, wykłady, ćwiczenia jogi i kursy komunikacji międzyludzkiej.

KOMUNIKACJA

Gdy pomyślisz o wszystkich znajomych i przyjaciołach, wszystkich ludziach, których spotkałeś, to z iloma z nich nawiązałeś kiedykolwiek naprawdę znaczącą komunikację? W pojęciu „pójście po Schronienie do Sanghi" zawiera się prawdziwa komunikacja między tymi, którzy idą po Schronienie do Buddy i do Dharmy. Komunikacja, w tym kontekście, jest wspólnym zgłębianiem, eksplorowaniem świata duchowego przez ludzi całkowicie uczciwych wobec siebie nawzajem i będących ze sobą w pełnej harmonii.

Ci, którzy idą po Schronienie do Sanghi, siłą rzeczy idą też po Schronienie do Buddy i Dharmy. Aby pójście po Schronienie do Sanghi było efektywne, trzeba uprzednio pójść po Schronienie do Buddy i Dharmy. To właśnie posiadanie wspólnego duchowego ideału – Buddy – oraz wspólnych

zasad duchowych i wspólnego duchowego podejścia do życia – Dharmy – umożliwia ludziom przynależność do duchowej społeczności – Sanghi.

Wspólny ideał i wspólny sposób życia w naturalny sposób przyciąga ludzi do siebie, nawet na płaszczyźnie społecznej. Zatem Sangha jest zgromadzeniem wszystkich tych, którzy przyjmują Schronienie w Buddzie i Dharmie oraz są ze sobą w kontakcie, są razem. „Razem" nie oznacza jedynie fizycznej bliskości. Może zdarzyć się, że całkiem szczerze przyjmujemy Schronienie w Buddzie (przyjmujemy go jako nauczyciela duchowego) i całkiem szczerze przyjmujemy Schronienie w Dharmie (próbujemy ją praktykować) i gromadzimy się w jakimś miejscu, ale z tego powodu nie tworzymy jeszcze Sanghi: nie przyjęliśmy Schronienia w Sandze. Nie przyjęliśmy Schronienia w Sandze, nawet jeśli zgadzamy się w kwestiach nauki (jeśli na przykład twoja interpretacja anatmana (pali: anatta) zgadza się z moją lub jeśli zdecydowanie odrzucamy teizm[116]). Przyjęcie Schronienia w Sandze nie zależy nawet od osiągnięcia tego samego poziomu duchowego czy doświadczeń medytacyjnych. Chodzi o coś bardziej subtelnego. Przyjęcie Schronienia w Sandze jest całkowicie (lub głównie) sprawą komunikacji między tymi, którzy przyjęli Schronienie w Buddzie i Dharmie. Kiedy między tymi, którzy przyjęli Schronienie w Buddzie i Dharmie, nawiązuje się komunikacja, wówczas możemy mówić o przyjęciu Schronienia w Sandze.

Co zatem, w kontekście pójścia po Schronienie, rozumiemy przez komunikację? Próbując ją zdefiniować, możemy powiedzieć, że komunikacja to „reagowanie na siebie nawzajem z witalnością i otwartością, w oparciu o wspólny ideał i wspólne zasady"[117]. Komunikacja, w tym kontekście, jest wspólnym zgłębianiem, eksplorowaniem świata duchowego przez ludzi całkowicie uczciwych wobec siebie nawzajem i będących ze sobą w pełnej harmonii. Nie jest to eksplorowanie w pojedynkę, lecz z innymi, z którymi się komunikujemy. Zatem komunikacja jest eksplorowaniem, a eksplorowanie jest komunikacją.

Najpowszechniejszym, i często najcenniejszym, kontekstem tego rodzaju komunikacji jest związek, jaki tworzy się między guru i uczniem[118].

---

[116] W buddyzmie nie ma osobowego boga stworzyciela; jest to religia nieteistyczna.

[117] W oryginale: „Vital mutual responsiveness on the basis of a common idea and a common principle" – przyp. red.

[118] Związek między guru i uczniem Sangharakszita rozważa m.in. w książce *Czym jest Sangha?*, Wydawnictwo A, Kraków 2007 – przyp. red.

Jednak komunikacja może też mieć miejsce między tymi, którzy nie pozostają w takiej wzajemnej relacji. Może istnieć komunikacja między tymi, którzy są duchowymi przyjaciółmi, kaljana mitrami. Kiedy w oparciu o wspólne oddanie i poświęcenie dla Buddy i Dharmy dwóch przyjaciół duchowych zgłębia wymiar duchowy, którego żaden z nich nie mógłby zgłębić indywidualnie, wtedy ma miejsce przyjmowanie Schronienia w Sandze. (Na pewnym poziomie nie da się już nawet mówić o wzajemnym powiązaniu, czy to guru i ucznia, czy dwóch przyjaciół, ponieważ takie rozróżnienia zostały przekroczone; w procesie komunikacji i przyjmowania Schronienia w Sandze osiągamy niejako wymiar wyższy od tego, na którym takie rozróżnienia mają znaczenie).

Niezależnie od kontekstu, w jakim powstaje, duchowa komunikacja jest zupełnie odmienna od zwykłego kontaktu, jaki mamy z ludźmi. Jeśli przyjrzymy się swoim znajomościom, czy nawet swoim przyjaźniom, musimy przyznać, że większość z nich, jeśli nie wszystkie, praktycznie przez cały czas są zupełnie pozbawione znaczenia. Jeśli tylko pomyślisz o wszystkich ludziach, których kiedykolwiek znałeś, z którymi rozmawiałeś, wszystkich, których spotkałeś, z iloma z nich nawiązałeś kiedykolwiek naprawdę znaczącą komunikację? Prawie nigdy nie zaznajemy prawdziwej komunikacji, bowiem kontakt jest zwykle zbyt powierzchowny. Dlatego na ogół bardzo mało wynika z tych kontaktów. Często przynoszą nam frustrację i rozczarowanie, ponieważ brakuje w nich komunikacji.

Teraz pewnie lepiej rozumiemy, co oznacza przyjęcie Schronienia w Sandze. W buddyzmie przyjęcie Schronienia stanowi nawrócenie: przejście od przyziemnego sposobu życia do duchowego sposobu życia. Przyjęcie Schronienia w Sandze oznacza odejście od pozbawionego znaczenia światowego kontaktu do pełnej znaczenia komunikacji duchowej.

PRZYJAŹŃ

Często patrzymy na ludzi głównie pod kątem ich użyteczności. Jeśli zamiast tego nauczymy się widzieć człowieka w drugim człowieku, możemy się stać przyjaciółmi. Przyjaźń cechuje życzliwość, poczucie solidarności, wrażliwości i świadomości drugiej osoby. Przyjaciele komunikują się w prawdziwy sposób i cieszą sobą nawzajem.

> Teraz Wzniosły zobaczył tego brata leżącego tam, gdzie upadł, we własnych odchodach i widząc go, ruszył w jego kierunku, podszedł do niego i powiedział: „Bracie, co ci dolega?". „Mam czerwonkę z biegunką, Panie". „Ale czy ktoś się tobą opiekuje, bracie?". „Nie, Panie". „Dlaczego bracia się o ciebie nie troszczą?". „Jestem dla braci bezużyteczny, Panie, dlatego nie dbają o mnie"[119].

Główne przesłanie tego akapitu zawarte jest w ostatniej odpowiedzi, jakiej chory mnich udzielił Buddzie: „Jestem dla braci bezużyteczny, Panie, dlatego nie dbają o mnie". To szokujące stwierdzenie. Oznacza ono, niestety, że ludzie interesują się kimś tak długo, jak długo jest dla nich użyteczny. Oznacza, że postrzegają go nie jak osobę, a jak rzecz. (To rozróżnienie między traktowaniem osoby jak osobę i traktowaniem osoby jak rzecz zapoczątkował w myśli zachodniej filozof Kant[120]). Jeśli traktujemy kogoś jak rzecz, to traktujemy go w sposób nieetyczny. Tak pozostali mnisi traktowali chorego mnicha. Nie był dla nich użyteczny, dlatego się nim nie interesowali. Zostawili go leżącego we własnych odchodach. Nikt o niego nie dbał. Pozostali mnisi nie byli wobec niego życzliwi. Nie nawiązała się między nimi zwykła, ludzka przyjaźń. Zabrakło też współczucia, wrażliwości i świadomości siebie nawzajem. Nie mogło ich być, ponieważ doświadcza się je tylko w stosunku do osoby, którą naprawdę postrzegamy jak osobę. Pozostali mnisi nie postrzegali chorego mnicha jak osobę. Dla nich był niczym stara, zniszczona miotła albo pęknięty garnek. Był bezużyteczny, więc o niego nie dbali.

Nie muszę chyba nikomu przypominać, że sami często zachowujemy się podobnie. Często patrzymy na ludzi głównie pod kątem ich użyteczności. Robimy to nawet w społeczności duchowej. Czasem jesteśmy bardziej zainteresowani czyimiś uzdolnieniami (jako murarza, księgowego czy wykładowcy) niż tym, kim on sam w sobie jest. Jeśli sami doświadczamy takiego traktowania, bo już dłużej nie potrafimy albo nie chcemy być

---

119 *Winaja*, *Mahawagga*, VIII. 26, [w:] *Some Sayings of the Buddha*, tłum. F.L. Woodward, Buddhist Society, London 1973, s. 84.

120 W *Metafizyce moralności* Kant stwierdza: „[…] działaj tak, żeby człowieczeństwo, czy w sobie samym, czy w innych, traktować w każdym wypadku jako cel, nigdy tylko jako środek". Cyt. za: W. Durant, *Outlines of Philosophy: Plato to Russell*, Ernest Benn Ltd., London 1962, s. 245.

wydajni, możemy doznać rozczarowania, gdy okaże się, że nikt nie chce nas znać. Nikt nie chce być już naszym „przyjacielem".

Dlatego musimy nauczyć się widzieć człowieka w człowieku. Powinniśmy odczuwać dla siebie nawzajem życzliwość. Powinniśmy rozwijać duchową przyjaźń (kaljana mitrata)[121], wzajemne zrozumienie, wrażliwość i uważność.

Związki ludzi traktujących siebie nawzajem po ludzku wyróżniają się zarówno prawdziwą komunikacją, jak i zachwytem drugim człowiekiem. Te dwie jakości stanowią o istocie przyjaźni (bo przyjaźń rozwija się, kiedy dwóch ludzi zaczyna traktować się nawzajem po ludzku).

Nawet w przypadku zwykłej przyjaźni płynie wiele pożytku i szczęścia z podzielenia się myślami i uczuciami z drugim człowiekiem. Bardzo ważne dla szczęścia i zdrowia każdego z nas jest, abyśmy mogli odkryć się przed drugim człowiekiem, pozwolić, by nas poznał (nie tylko poznał, ale także żebyśmy czuli, że nas zna). Jeśli jesteśmy zamknięci w sobie, bez możliwości nawiązania komunikacji z drugim człowiekiem, nie pozostaniemy długo ani w zdrowiu, ani szczęściu. W przypadku przyjaźni duchowej dzielimy się naszym doświadczeniem samej Dharmy. Dzielimy się entuzjazmem, inspiracją i zrozumieniem. Dzielimy się nawet błędami. Komunikacja przybiera wtedy formę wyznania.

Zachwyt oznacza, że nie tylko widzimy człowieka jako człowieka, ale też cieszy nas to, co w nim widzimy. Czerpiemy z tego przyjemność, zachwycamy się tym, tak jak w przypadku pięknego obrazu czy poematu, tyle tylko, że tutaj obraz czy poemat jest żywy, co czyni go tym bardziej ekscytującym i stymulującym. Widzimy, lubimy, kochamy całkowicie człowieka dla niego samego. To także zdarza się (do pewnego stopnia) w zwykłej przyjaźni, a w przyjaźni duchowej w o wiele większym stopniu. Pierwotne znaczenie „kaljana" to „piękny", a więc

---

[121] Kaljana mitra dosłownie znaczy „dobry", a nawet „piękny przyjaciel" w znaczeniu „przyjaciel duchowy". Tradycyjnie kaljana mitra jest nauczycielem duchowym, z którym mamy bliski osobisty związek. Bodhisattwa to kaljana mitra *par excellence.* Ta przyjaźń jest pionowa w tym sensie, że obejmuje ludzi o różnym stopniu rozwoju duchowego. Buddyzm uznaje też wagę poziomej przyjaźni między ludźmi na tym samym stopniu rozwoju duchowego. W Triratnie termin „kaljana mitrata" odnosi się do przyjaźni duchowej zarówno w sensie poziomym, jak i pionowym. We Wspólnocie Triratna przypisuje się wielkie znaczenie przyjaźni duchowej obu rodzajów; jest ona niezbywalnym elementem życia duchowego.

w przyjaźni duchowej czerpiemy radość z duchowego piękna naszego przyjaciela; cieszą nas jego zalety. Zatem nie ma przyjaźni bez komunikacji i zachwytu.

NIEZAWODNA WZAJEMNA DOBROĆ

Kiedy ludzie zaczynają praktykować w jakiejś społeczności duchowej, zaczynają polegać na sobie, wzajemnie się zachęcać i inspirować w praktyce; okazywać miłość. Z tej miłości powinna wyrosnąć prawdziwa troska o siebie nawzajem. Odpowiedzialność za opiekę nad każdym członkiem spoczywa na całej duchowej społeczności – w innym wypadku nie może być mowy o duchowej społeczności.

> Bracia, nie macie matki ani ojca, żeby o was dbali. Jeśli nie będziecie się troszczyć o siebie nawzajem, kto inny, pytam, będzie to robił? Bracia, ten, kto mi usługuje, niech usługuje choremu. Jeśli on ma nauczyciela, niech ten nauczyciel o niego dba, dopóki on żyje, i czeka na jego wyzdrowienie. Jeśli ma opiekuna albo lokatora, ucznia albo współlokatora czy kolegę-ucznia, to on powinien się nim opiekować i oczekiwać jego wyzdrowienia. Jeśli nikt o niego nie zadba, powinno to być uznane za wykroczenie[122].

„Bracia, nie macie matki ani ojca, żeby o was dbali". Tak Budda zaznacza całkowity brak ciągłości między rodziną biologiczną a rodziną duchową, czy między grupą[123] a duchową społecznością. Przystępując do społeczności duchowej, nie należymy już do grupy. Budda nie mówi, że nasi ojcowie i matki nie żyją w dosłownym sensie. Chodzi mu o to, że już nie istnieją z duchowego punktu widzenia. Inaczej mówiąc, nie żyją już jako nasi rodzice, dlatego nie możemy liczyć, że się o nas zatroszczą.

To właśnie oznacza odejście[124]. Odchodzimy od grupy do społeczności duchowej. Z duchowego punktu widzenia grupa już nie istnieje. Ponieważ nie istnieje, już na niej nie polegamy ani nie przyjmujemy w niej Schronienia.

---

122 *Winaja*, *Mahawagga*, VIII. 26, [w:] *Some Sayings of the Buddha…*, s. 85.

123 Sangharakszita używa terminu „grupa" na określenie sposobów, w jakie identyfikujemy siebie w oparciu o uwarunkowania ekonomiczne, społeczne, polityczne, rodzinne, psychologiczne, seksualne i inne.

124 Zob. podrozdział *Odejście* w rozdziale *Kim jes Budda?*

Kiedy wstępujemy do społeczności duchowej, istnieje tylko społeczność duchowa. Przyjmujemy Schronienie wyłącznie w Trzech Klejnotach: Buddzie, Dharmie i Sandze. Polegamy tylko na członkach społeczności duchowej. Oznacza to też, że inni członkowie społeczności duchowej polegają na nas. Polegamy na sobie nawzajem. Troszczymy się o siebie wzajemnie. Wzajemnie się zachęcamy i inspirujemy.

Przypuśćmy jednak, że ktoś jest chory albo przygnębiony, doświadcza psychologicznych problemów albo też życie duchowe nie sprawia mu większej przyjemności. Jeśli się go zostawi, tak jak zostawiono chorego mnicha, może wrócić do grupy, może odejść do rodziny – do swojej matki, żony albo dziewczyny. Może odejść, szukając dobrego samopoczucia i pocieszenia.

Ważne jest, żeby członkowie społeczności duchowej rozumieli, że nie mają prawdziwego Schronienia z wyjątkiem siebie nawzajem. Nie mają prawdziwych przyjaciół z wyjątkiem przyjaciół duchowych. Od grupy nie mogą oczekiwać niczego – ani nie powinni. „Bracia, nie macie matki ani ojca, żeby o was dbali". Należą całkowicie do społeczności duchowej, należą całkowicie do siebie nawzajem. Dlatego powinni być gotowi żyć i umrzeć za siebie nawzajem – w innym wypadku ich pójście po Schronienie nie byłoby prawdziwe. Ich przyszłość jest wspólna: są przyszłością dla siebie wzajemnie, nie mają innej przyszłości.

Budda mówi: „Jeśli nie będziecie się troszczyć o siebie nawzajem, kto inny, pytam, będzie to robił?". Jeśli członkowie społeczności duchowej nie kochają się wzajemnie, kto inny będzie ich kochał? Jeśli nie inspirują się nawzajem, kto inny będzie ich inspirował? Jeśli nie mogą być ze sobą szczęśliwi, z kim innym mogą być szczęśliwi? Zatem powinni bardziej cieszyć się swoim towarzystwem, bardziej nawzajem cenić się i szanować. Budda niewątpliwie wysoko cenił braci. Mówił: „Bracia, ten, kto mi usługuje, niech usługuje choremu". Budda nie ma tu na myśli nic mistycznego czy metafizycznego: chodzi mu o realia życia w społeczności duchowej. Przez „chorego" rozumie chorych braci, czyli członków społeczności duchowej. Jeśli ktoś chce usługiwać Buddzie, powinien im usługiwać. W ten sposób Budda, w pewnym sensie, zrównuje ze sobą członków społeczności duchowej. Trudno zatem byłoby ich bardziej docenić.

„Jeśli on ma nauczyciela, niech ten nauczyciel o niego dba, dopóki on żyje, i czeka na jego wyzdrowienie. Jeśli ma opiekuna albo lokatora,

ucznia albo współlokatora czy kolegę-ucznia, to on powinien się nim opiekować i oczekiwać jego wyzdrowienia". Wymienione zostały więc wszystkie możliwe relacje wewnątrz społeczności duchowej. Nauczyciel powinien opiekować się uczniem, a uczeń nauczycielem; kolega-uczeń powinien się opiekować kolegą-uczniem; mieszkańcy tej samej wihary (mieszkający w jednym miejscu społeczności duchowej) powinni troszczyć się o siebie nawzajem. W chorobie czy zdrowiu powinna istnieć między nimi niezawodna duchowa przyjaźń i dobroć.

„Jeśli nikt o niego nie zadba, powinno to zostać uznane za wykroczenie". „Wykroczenie" w tym kontekście oznacza niezręczne działanie[125], które musi być wyznane. Odpowiedzialność za opiekę nad każdym członkiem spoczywa na całej duchowej społeczności. Wszyscy są odpowiedzialni za każdego, a każdy jest odpowiedzialny za wszystkich, w miarę swoich możliwości. W innym wypadku nie może być mowy o duchowej społeczności.

A zatem, w tym zdarzeniu nie chodzi tylko o chorego mnicha zaniedbanego przez braci. Nie chodzi tylko o czerwonkę. Chodzi o to, by przy każdej okazji odnosić się do siebie z życzliwością, wykazywać zainteresowanie drugim człowiekiem, traktować go jak człowieka. Chodzi o harmonię i efektywność w działaniu, o komunikację i radość z niej płynącą, o zrozumienie, że społeczność duchowa jest czymś zupełnie odmiennym od grupy. Przede wszystkim chodzi o to, by brać za siebie nawzajem odpowiedzialność i rozwijać przyjaźń duchową. Nie chodzi o jakieś zdarzenie sprzed 2,5 tys. lat; chodzi o to, co dzieje się w teraźniejszości. Nie chodzi o mnichów żyjących w zamierzchłych czasach, lecz o ich współczesnych następców.

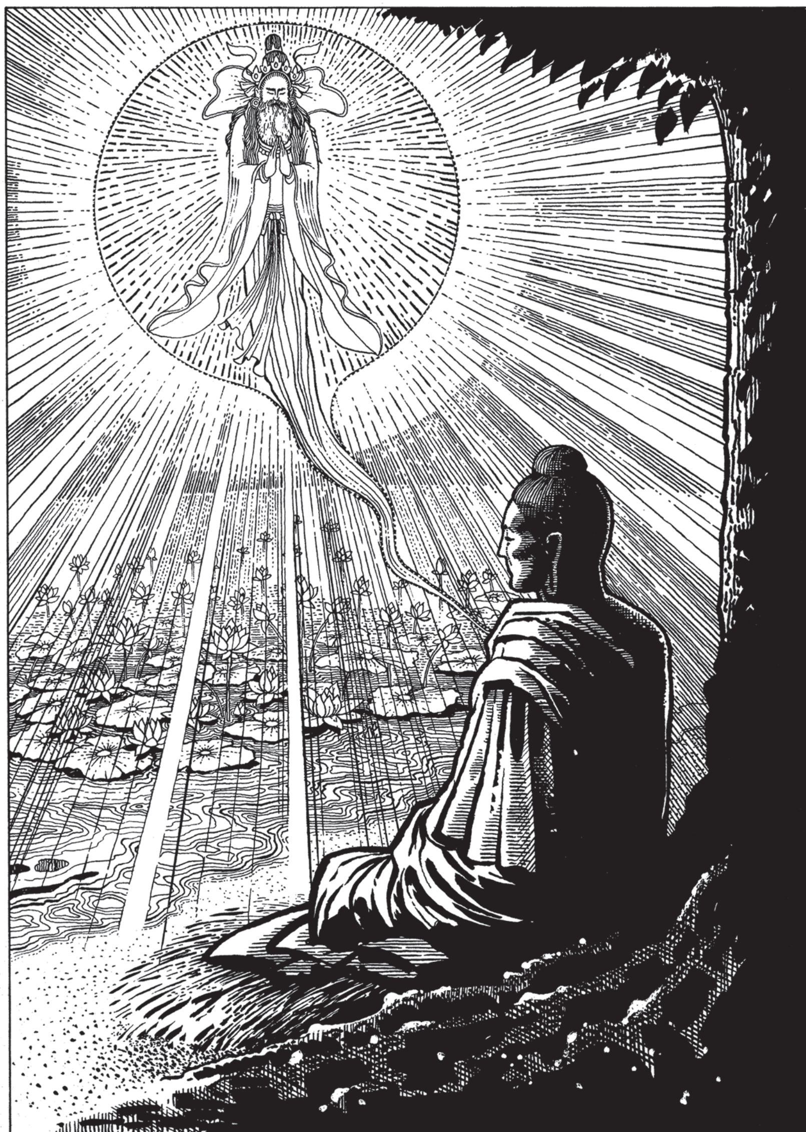
[125] Definicja terminu „niezręczny", zob. s. 96-97.



Rys. 1. Atak Mary



Rys. 2. Powołanie Ziemi na świadka



Rys. 3. Prośba Brahmy



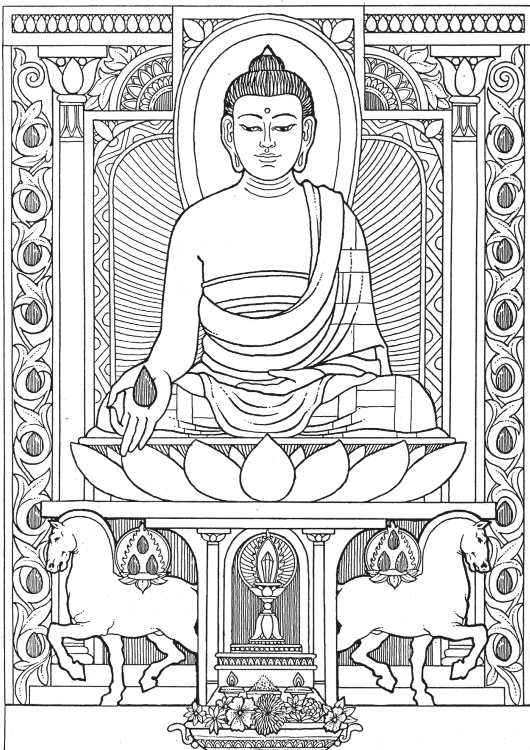
Rys. 4. Muczalina oddaje pokłon Buddzie



Rys. 5. Wairoczana



Rys. 6. Akszobhja



Rys. 7. Ratnasambhawa



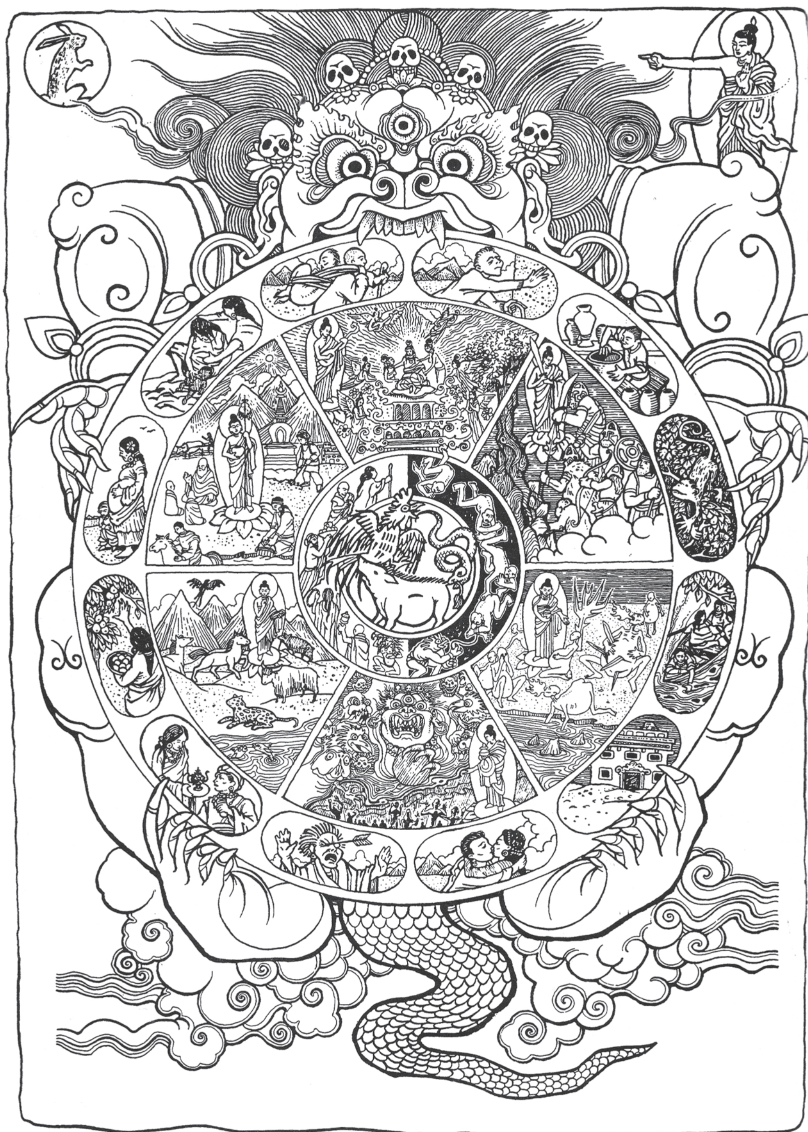
Rys. 8. Amitabha



Rys. 9. Amoghasiddhi



Rys. 10. Tara



Rys. 11. Tybetańskie koło życia

CZĘŚĆ II

WPROWADZENIE

ŚCIEŻKA KROKÓW REGULARNYCH I ŚCIEŻKA KROKÓW NIEREGULARNYCH

Rozróżnienie między ścieżką kroków regularnych i ścieżką kroków nieregularnych stosuje się od bardzo dawna[126]. Pochodzi ono od wielkiego chińskiego nauczyciela Czih-i, który żył w VI wieku i uważany jest za założyciela jednej z największych i najważniejszych szkół buddyzmu chińskiego, szkoły tiantai[127]. Chociaż tiantai jest jedną z największych szkół, jakie znał buddyzm, dotąd była raczej niedoceniania przez zachodnich buddystów. Czih-i nauczał Dharmy na szeroką skalę, zakładał klasztory i dzięki swym głębokim osiągnięciom duchowym przyciągnął niezwykłą ilość uczniów. Przemawiał do nich od czasu do czasu, komentując pisma, mówił o życiu duchowym, a szczególnie o medytacji. Podczas wykładów o medytacji, z których wiele zachowało się do dzisiaj, Czih-i mówił o medytacji poprzez regularne kroki i medytacji poprzez nieregularne kroki, a także o medytacji bez żadnych kroków[128].

Tutaj interesują nas tylko regularne i nieregularne kroki, a zajmujemy się nimi, ponieważ rozróżnienie, jakie poczynił Czih-i między medytacją poprzez regularne a medytacją poprzez nieregularne kroki, można stosować nie tylko do praktyki medytacji, ale również do praktyki i doświadczania całej ścieżki duchowej, na wszystkich jej etapach i we wszystkich aspektach.

---

126 Całość wykładu, zob. Sangharakszita, *The Taste of Freedom*, Windhorse, Glasgow 1990.

127 Tiantai (jap. tendai) dosłownie znaczy „wielkie niebo" i jest nazwą góry w południowych Chinach, gdzie mistrz Czih-i (lub Cigi) żył (531-597 n.e.), nauczał i założył ośrodek, który stał się centralną siedzibą całego ruchu. Znany był głównie jako wykładowca. Tiantai było ruchem wszechstronnym, prawie encyklopedycznym, próbującym, głównie pod wpływem Czih-i, usystematyzować całą tradycję buddyjską, jaka była znana w tym czasie w Chinach. Była to szkoła eklektyczna, wolna od tendencji sekciarskich. Sangharakszita podczas seminarium poświęconego tekstowi *Dhyana For Beginners*, który jest zbiorem wykładów Czih-i, przyrównuje Triratnę do tiantai ze względu na eklektyczne podejście obu ruchów. Więcej na temat tiantai, zob. Ch. Eliot, *Buddhism and Hinduism: An Historical Sketch*, Routledge & Kegan Paul, London 1954, t. III, s. 310 i n.; także J. Takakusu, *The Essentials of Buddhist Philosophy*, Motilal Banarsidass, India 1978, rozdz. IX.

128 Wzmiankowane na początku wstępu do *Dhyana For Beginners*, [w:] *A Buddhist Bible*, wyd. Dwight Goddard, Beacon Press, Boston 1966, s. 437.

Czym jest zatem ścieżka regularnych kroków? Czym jest ścieżka kroków nieregularnych? Próbując odpowiedzieć na te pytania, postąpię nieco nieregularnie i zacznę od drugiej ścieżki.

Ścieżka kroków nieregularnych

Żeby zrozumieć, czym jest ścieżka kroków nieregularnych, spójrzmy najpierw na buddyzm, jaki istnieje dziś w świecie zachodnim, czy to w Wielkiej Brytanii, w Europie kontynentalnej czy w obu Amerykach. Pierwszą rzeczą, jaką dostrzegamy, są książki – setki książek – o buddyzmie. To najbardziej rzucająca się w oczy cecha buddyzmu na Zachodzie.

Jeśli jesteśmy młodzi, pełni entuzjazmu i mamy dużo czasu, możemy spróbować przeczytać te wszystkie książki, jeśli to możliwe, a przynajmniej te bardziej znane. Zwykle czytamy dość dużo, a niektórzy z nas mogą nawet zabrać się za czytanie samych pism buddyjskich. W ten sposób, w oparciu o różnorodne lektury, zaczynamy tworzyć sobie pewne wyobrażenie o buddyzmie i zaczynamy formułować poglądy na jego temat. W naszych poglądach jednak zwykle panuje ogromny zamęt. Do tego stopnia, że przez długie lata możemy nawet nie zdać sobie z tego sprawy. W niektórych przypadkach możemy nigdy nie zdać sobie z tego sprawy. Tymczasem jednak myślimy, że rozumiemy buddyzm, ponieważ o nim czytaliśmy. Myślimy, że wiemy o nim wszystko.

W rzeczywistości jednak w ogóle nie rozumiemy buddyzmu. Mówiąc „w ogóle", rozumiem to całkiem dosłownie. Nie chodzi o to, że trochę rozumiemy buddyzm, że pojęliśmy go tylko po części. W rzeczywistości w ogóle nie rozumiemy buddyzmu. Ale myślimy, że rozumiemy. Ma to daleko idące konsekwencje.

Kiedy coś rozumiemy – czy rozumiemy to naprawdę, czy tylko tak się nam zdaje – stajemy jakby ponad tym. Zrozumienie oznacza przywłaszczenie; oznacza wzięcie przedmiotu wiedzy pod siebie. Oznacza nawet zagarniecie go do wewnątrz siebie i uczynienie swoją własnością, swoją częścią. Z tego powodu, ponieważ zrozumienie oznacza przywłaszczenie, mówimy o „opanowaniu" przedmiotu. Dlatego mówimy o opanowaniu księgowości lub o opanowaniu matematyki. Mówimy nawet – a przynajmniej myślimy – o opanowaniu buddyzmu. A więc skoro, jak sądzimy, zrozumieliśmy buddyzm, skoro przywłaszczyliśmy go sobie i uczyniliśmy

częścią siebie, zaczynamy się czuć lepsi od buddyzmu, ponieważ go „opanowaliśmy". Ponieważ jesteśmy od niego lepsi, nie podziwiamy go, nie czujemy do buddyzmu prawdziwego oddania ani szacunku. Jesteśmy pozbawieni takich uczuć. Po prostu „opanowaliśmy" przedmiot.

Taka postawa nie jest nowa i w żadnym wypadku nie ogranicza się do współczesnych zachodnich buddystów. Szerzy się ona na Zachodzie od bardzo dawna. Okazuje się, że wielki poeta i myśliciel Coleridge narzekał na tę postawę 150 lat temu – narzekał oczywiście w odniesieniu do chrześcijaństwa. 15 maja 1833 roku zanotował następującą opinię:

> Nie ma teraz dla niczego szacunku. Powód jest taki, że ludzie mają tylko pojęcia, a cała ich wiedza jest tylko rozumowa. Ponieważ pojmowanie jest pracą samego rozumienia i ponieważ wszystko, co może być pojęte, może być zrozumiane, niemożliwe jest, aby człowiek mógł szanować to, wobec czego musi zawsze czuć się nieco wyższym. Gdyby można było pojąć Boga w ścisłym znaczeniu, czyli tak, jak pojmujemy konia czy drzewo, nawet sam Bóg nie budziłby żadnego szacunku […].

Szacunek zaś:

> […] może być wzbudzony tylko w człowieku i tylko wobec prawd idealnych, które zawsze są tajemnicą dla rozumu z tego samego powodu, co ruch mojego palca za moimi plecami jest teraz tajemnicą dla was, bo wasze oczy nie służą temu, by widzieć poprzez moje ciało[129].

Tak pisał Coleridge na temat braku szacunku 150 lat temu. W tym samym mniej więcej czasie w Niemczech żył znakomitszy poeta i myśliciel, który powiedział niemal to samo, co Coleridge, choć nieco krócej. Goethe w swoich *Refleksjach i maksymach* mówi: „Najwspanialszym osiągnięciem myślącego człowieka jest zgłębienie tego, co da się zgłębić i cichy szacunek dla tego, co jest niezgłębione"[130].

Właśnie tego cichego szacunku dla niezgłębionego – tego, co w terminologii buddyjskiej określane jest jako atakkawaczara, czyli poza zasięgiem myśli, poza zasięgiem zrozumienia i pojęcia – dotąd tak brakowało

129 *The Table Talk and Omniana of Samuel Taylor Coleridge*, wyd. T. Ashe, George Bell & Sons, London 1905.

130 *Refleksje i maksymy*, Czytelnik, Warszawa 1977 – przyp. tłum.

zachodnim buddystom. Zbyt łatwo przychodziło nam „rozumienie”, zbyt chętnie mówiliśmy nawet o tym, co niezgłębione. Albo wręcz zbyt chętnie mówiliśmy szczególnie o tym, co niezgłębione.

Nie stało się tak wyłącznie z naszej winy. W dużym stopniu jest to skutek sytuacji, w jakiej się znajdujemy. Istnieje tak wiele książek o buddyzmie, tak wiele przekładów starożytnych tekstów buddyjskich, a trzeba przyznać, że część tego materiału przeznaczona jest dla bardzo zaawansowanych praktykujących. Niektóre teksty – sutry – adresowane są do uczniów o wysokim stopniu rozwoju duchowego. Być może znana nam jest scena otwierająca niektóre wielkie sutry mahajany. Budda siedzi pośród wielkiego zgromadzenia uczniów, być może w jakiejś niebiańskiej albo archetypowej rzeczywistości. Wszyscy wokół niego są arahantami i wielkimi bodhisattwami, a nawet nieodwracalnymi bodhisattwami, czyli takimi, którzy nie mogą stracić z oczu ideału najwyższego stanu buddy, czyli że tak powiem, mają już Nirwanę w garści. A wysublimowane nauki, jakich Budda udziela, adresowane są do tych właśnie wielkich istot – istot na bardzo wysokim duchowym poziomie, poza wszystkim, co możemy sobie wyobrazić i pojąć.

Wiele sutr mahajany zostało przełożonych i tym samym stały się, w pewnym sensie, dla nas dostępne. A więc czytamy tę czy tamtą sutrę i myślimy, że opanowaliśmy jej treść, a myśląc, że ją opanowaliśmy, skłaniamy się do przyjęcia chłodnej, wyniosłej, nawet protekcjonalnej postawy wobec buddyzmu. Do tego stopnia, że niektórzy z nas mogą uznać, że nie ma żadnej potrzeby nazywania siebie buddystami – w końcu jesteśmy już ponad to – i możemy nawet patrzeć nieco z góry na tych prostodusznych ludzi na Zachodzie, którzy postanowili nazywać siebie buddystami, który okazują szacunek wizerunkom, składają w ofierze kwiaty i palą świeczki oraz próbują przestrzegać zasad etycznych. Możemy uznać swoją postawę za bardziej zaawansowaną, ale prawda jest taka, że pozostaje ona czysto teoretyczna, wyłącznie umysłowa i pozbawiona jakiegokolwiek głębokiego i szczerego uczucia czci i oddania.

Z powodu tego czysto teoretycznego i intelektualnego podejścia oraz całkowitego braku poważania religijnych uczuć i braku „cichego szacunku dla tego, co jest niezgłębione” w buddyzmie, aż do niedawna zachodni buddyzm w dużej mierze był płytkim i powierzchownym zjawiskiem. Zachodni buddyści na ogół przebierają w dostępnym materiale

i wybierają n i e według swoich prawdziwych potrzeb duchowych, ale zgodnie z subiektywnymi i powierzchownymi zachciankami i upodobaniami. Dlatego spotyka się ludzi mówiących: „To lubię, ale tego nie. Podoba mi się idea karmy, ale nie lubię idei odradzania się". Albo spotyka się ludzi, których pociąga doktryna anatmana (pali: anatta). Z takiego lub innego powodu idea, że nie mają duszy czy „ja", wydaje się pociągać niektórych, chociaż jednocześnie idea Nirwany wydaje się im dość przygnębiająca. A więc ludzie przebierają i wybierają, a ich upodobania oczywiście się zmieniają. Przez jakiś czas możemy interesować się zen, ponieważ podoba się nam idea, że już jesteśmy buddą, że już jesteśmy „tam" i nie ma nic do zrobienia. Dzięki temu życie wydaje się o wiele łatwiejsze: najwidoczniej nie musimy niczego praktykować! Nie musimy z niczego rezygnować. A więc przez jakiś czas podoba nam się zen. Ale w końcu bycie buddą staje się nudne, więc zaczynamy zajmować się tantrą, a tantra, naturalnie, od razu przywołuje na myśl seks, więc zagłębiamy się w jogę seksu (oczywiście teoretycznie!). I w ten sposób przeciętny zachodni buddysta latami rozgląda się i zabawia.

Mimo tych wszystkich trudności – których każdy z nas doświadczał – niektórzy zachodni buddyści zabrali się do praktykowania buddyzmu. Z mojego doświadczenia wynika (a widziałem wielu ludzi przychodzących i odchodzących), że może, szacując z grubsza, jeden na dwudziestu zachodnich buddystów podejmuje próbę praktykowania buddyzmu. W końcu świta nam, że buddyzm nie jest zbiorem interesujących idei, nie jest zwykłą filozofią, czymś, o czym wystarczy myśleć. Pojmujemy, że buddyzm należy stosować w życiu, a nawet go doświadczać. A więc zaczynamy praktykować, próbujemy wprowadzić go w życie. Niestety, tak wielka jest siła uwarunkowania i nawyków, że nawet kiedy praktykujemy buddyzm, utrzymują się w nas te same stare wzorce pochodzące z poprzedniego teoretycznego podejścia. Nasza postawa pozostaje płytka i powierzchowna. Wciąż mamy tendencję do przebierania i grymaszenia.

W pierwszej połowie XX wieku na Zachodzie buddyzm, czy to w formie książek, czy jakiejkolwiek innej, był mało dostępny. Teraz sytuacja się zmieniła. Możemy nawet powiedzieć, że buddyzm stał się dostępny zbyt łatwo. Istnieje tyle książek, tyle praktyk, tak wielu nauczycieli, tak wiele szkół! Istnieje tak oszałamiająca plątanina różnorodnych form buddyzmu! Łapczywie chwytamy się i kosztujemy najpierw tego, potem tamtego, jak

zachłanne dziecko w sklepie ze słodyczami. Jesteśmy w transcendentalnym sklepie ze słodyczami buddyzmu pośród tych wszystkich wspaniałych duchowych smakołyków, więc chwytamy jak popadnie: zen, tantrę, therawadę, etykę, medytację; tego rodzaju medytację i tamtego rodzaju medytację. Po prostu chwytamy. Taka jest bardzo często nasza postawa. Niemniej jednak tym sposobem robimy jakieś postępy. Ścieżka nieregularnych kroków jest w końcu ścieżką i pozwala nam w jakimś stopniu doświadczyć buddyzmu.

Lecz tylko do pewnego momentu. Praktykując w ten sposób, podążając ścieżką nieregularnych kroków, wcześniej czy później odkryjemy, że zwalniamy. Wcześniej czy później okaże się, że stoimy przed niewidzialną przeszkodą, tak jakbyśmy pogrążyli się w duchowym zastoju. Pozostajemy w stagnacji; nie rozwijamy się. Wciąż podnosimy nogi, jakbyśmy stąpali ścieżką nieregularnych kroków, ale nie posuwamy się do przodu: utknęliśmy w martwym punkcie. Jeśli chcemy pokonać tę niewidzialną przeszkodę, jeśli chcemy czynić dalsze postępy, musi nastąpić radykalna zmiana i ta zmiana polega na przejściu ze ścieżki nieregularnych kroków na ścieżkę kroków regularnych.

Ścieżka regularnych kroków

Ale dlaczego tak jest? Czym jest ścieżka regularnych kroków? Czym różni się od ścieżki nieregularnych kroków i dlaczego nasz dalszy rozwój zależy od przejścia z jednej ścieżki na drugą? Nie można odpowiedzieć na te pytania, jeśli najpierw nie zrozumiemy ogólnie natury ścieżki prowadzącej od tego, co buddyści nazywają samsarą (albo kręgiem światowego życia) do Nirwany; ścieżki prowadzącej od uwarunkowanego do nieuwarunkowanego istnienia; ścieżki prowadzącej od nieoświeconego człowieczeństwa do oświeconego człowieczeństwa buddy.

Ta wielka ścieżka stanowiąca główny temat praktyki buddyjskiej tradycyjnie dzieli się na trzy kolejne etapy: etap śila (pali: sila), czyli etyki, etap samadhi (sanskryt i pali), czyli medytacji, oraz etap pradżni (pali: pańńa), czyli Mądrości. Chociaż istnieją inne podziały, a nawet podpodziały ścieżki, ten potrójny podział pozostaje najważniejszy i najbardziej podstawowy[131].

[131] Zob. Sangharakszita, *Wprowadzenie do buddyzmu…*

Śila, czyli etyka czy moralność, to po prostu zręczne działanie: działanie, które przynosi pożytek i pozwala się nam rozwijać oraz działanie, które przynosi pożytek innym i pozwala także się im rozwijać. To nie znaczy, że śila jest działaniem zewnętrznym, oderwanym od nastawienia umysłu: śila obejmuje również nastawienie. I to zarówno nastawienie umysłu, jak i sposób postępowania, w którym to nastawienie naturalnie się wyraża. A zatem śila to zręczne działanie w tym sensie, że powstaje z (lub jest oparte na) pewnych zręcznych stanów umysłu, szczególnie miłości, szczodrości, spokoju i zadowolenia. Śila to każde zachowanie wypływające z tych zręcznych stanów umysłu. Do tego w zasadzie sprowadza się etyka czy też moralność buddyjska: do działań wyrażających zręczne stany umysłu[132].

Samadhi, czyli medytacja, obejmuje różne zagadnienia. Jest to słowo o wielu znaczeniach na wielu różnych poziomach. Przede wszystkim medytacja polega na zebraniu wszystkich rozproszonych energii i skupieniu ich w jednym centrum. Przez większość czasu nasza energia jest podzielona i podąża w różnych kierunkach; nie jest jednolita i zintegrowana. A więc przede wszystkim musimy ją zintegrować, co nie oznacza wymuszonej koncentracji na jednym punkcie, lecz zebranie całej energii, zarówno świadomej, jak i nieświadomej, i zharmonizowanie jej w naturalny i spontaniczny sposób. Koncentracja, w znaczeniu całkowitego zjednoczenia psychiczno-duchowych energii, to pierwszy stopień czy też poziom samadhi.

Następne znaczenie samadhi to doświadczanie coraz wyższych stanów świadomości – stanów rozszerzających się do tzw. dhjan, czyli stanów nadświadomych. W tych nadświadomych stanach przekraczamy ciało i, ostatecznie, wychodzimy poza umysł w sensie aktywności umysłu przeskakującego z jednego przedmiotu na drugi. Doświadczamy także błogości, spokoju, radości i ekstazy, ale n i e doświadczamy Wglądu, ponieważ ciągle znajdujemy się w samsarze, w sferze światowej. Samadhi prowadzi również do rozwoju nadzwyczajnych – chociaż nie nadprzyrodzonych – zdolności umysłowych, jak telepatia, jasnowidzenie, jasnosłyszenie i pamięć własnych poprzednich egzystencji; zdolności, które czasem powstają całkowicie naturalnie i spontanicznie w czasie medytacji[133].

---

132 Zob. Sangharakszita, *Aspects of Buddhist Morality*, [w:] *The Priceless Jewel*, Windhorse, Glasgow 1993.

133 Zob. Sangharakszita, *Wizja i transformacja…*, rozdz. VIII. Tenże, *Human Enlightement*, Windhorse, Glasgow 1987, s. 36 i n.

Pradżnia, czyli Mądrość, oznacza bezpośredni Wgląd w Prawdę albo Rzeczywistość. Ten bezpośredni Wgląd albo osobisty kontakt z Rzeczywistością jest początkowo tylko chwilowy, jak nagłe światło błyskawicy, które w ciemną noc na moment rozświetla krajobraz. W miarę jak przebłyski Wglądu zdarzają się coraz częściej i trwają dłużej, stają się w końcu ciągłym strumieniem światła, które przenika głębiny Rzeczywistości. W pełni rozwinięta Mądrość czy Wgląd, jest tym, co nazywamy Bodhi, Oświeceniem, chociaż na tym poziomie nie można mówić w czysto kognitywnych kategoriach. Na tym poziomie nie da się oddzielić Mądrości czy Wglądu od współczucia i miłości, a właściwie od transcendentalnych odpowiedników emocji.

A zatem ścieżka stanowiąca główny temat praktyki buddyjskiej składa się z trzech wielkich kolejnych etapów: śili, samadhi i pradżni. Podział na trzy etapy nie jest przypadkowy. Etapy nie są jak kreski narysowane kredą, lecz są nieodłączną częścią samej struktury ścieżki i reprezentują naturalne etapy w duchowym i transcendentalnym rozwoju jednostki. Jako takie przypominają stadia wzrostu rośliny. Najpierw jest nasiono, z niego wyrasta mały kiełek, kiełek przeistacza się w łodygę, potem wyrastają liście, a w końcu pączki i kwiaty. Oczywiście, nie należy tego rodzaju analogii traktować zbyt dosłownie. Cały proces rozwoju rośliny jest nieświadomy. Kwiat nie musi decydować, czy rosnąć, czy nie; przyroda „decyduje" za niego.

W przypadku ludzi rozwój duchowy jest świadomy, zamierzony i z samej swej natury musi taki być. Dalszy rozwój człowieka zależy od jego osobistego, indywidualnego wysiłku – chociaż nie chodzi o wysiłek polegający na forsowaniu egoistycznej woli, ale o równomierny rozwój świadomości, całej istoty. (Rozwój duchowy można porównać z budową domu albo wielopiętrowego budynku. Najpierw kładziemy fundamenty, potem pierwszą kondygnację, dalej drugą, a w końcu kładziemy dach, dzwonnicę lub wieżę. Nie możemy odwrócić kolejności, która wynika z natury samej konstrukcji).

Buddyzm czy Dharma, w formie w której zostały nam przekazane, zawierają wiele różnych nauk, które odpowiadają różnym etapom ścieżki. Nie wszystkie nauki odnoszą się do tego samego etapu: różne nauki dotyczą różnych etapów ścieżki lub, inaczej mówiąc, dotyczą różnych etapów duchowego i transcendentalnego rozwoju. Dlatego praktykując Dharmę,

powinniśmy praktykować nauki odpowiadające etapowi rozwoju, który osiągnęliśmy – nie tylko teoretycznie, lecz całą naszą istotą. To jest tradycyjna metoda, a przynajmniej dominująca tradycyjna metoda.

Najpierw praktykujemy etykę: przestrzegamy wskazań, stajemy się w pełni etycznymi ludźmi, do wewnątrz i na zewnątrz – to może nam zająć dobrych kilka lat. Później, kiedy już położyliśmy stosunkowo mocne etyczne podwaliny pod swój charakter, podejmujemy praktykę koncentracji: uczymy się ujarzmiać bezwolnie błądzący umysł i dowolnie koncentrować na danym przedmiocie przez dowolną ilość czasu – i to może zająć kolejnych kilka lat. Następnie, powoli, zaczynamy podnosić poziom świadomości: doświadczamy pierwszej dhjany, drugiej dhjany itd., stopniowo ćwicząc się, aby nie tylko ich dotknąć, ale w nich przebywać. W końcu, może po wielu latach wysiłków, kierujemy nasz oczyszczony i skoncentrowany, wzniosły i wysublimowany umysł razem ze zintegrowana energią całej naszej istoty ku kontemplacji samej Rzeczywistości. To jest ścieżka regularnych kroków.

Na ścieżce regularnych kroków postęp jest systematyczny. Utrwalamy wcześniejszy etap ścieżki, zanim przejdziemy do następnego czy późniejszego etapu. Ale na ścieżce nieregularnych kroków tego nie robimy. Na ścieżce nieregularnych kroków zaczynamy od mniej lub bardziej intelektualnego czy teoretycznego pojęcia o buddyzmie albo ścieżce (pojęcie, które jest również chaotyczne i niekompletne!), a potem zaczynamy praktykować – na Zachodzie zwykle bez nauczyciela. Nie zaczynamy praktykować tych nauk, które odpowiadają naszemu etapowi rozwoju, ponieważ i tak go nie znamy: zaczynamy praktykować to, co przemawia do nas intelektualnie; być może jest to coś, co przemawia do naszej próżności.

Możemy, na przykład, zacząć praktykować Doskonałą Mądrość[134]. Otóż dla zupełnego nowicjusza praktykowanie Doskonałej Mądrości nie jest całkowicie niemożliwe. W końcu, jakkolwiek głęboko ukryte, znajduje się tam ziarno stanu buddy. W głębi nas naprawdę istnieje

---

134 Mądrość jest ostatnią z sześciu doskonałości praktykowanych przez bodhisattwę; jest pierwszą z doskonałości w tym sensie, że pięć pozostałych jest prawdziwymi doskonałościami tylko dzięki rozwinięciu Doskonałej Mądrości, pradżnia paramity (dosłownie „mądrości, która wyszła poza [uwarunkowanie]"). Pradżnia pochodzi z sanskryckiego rdzenia „wiedzieć". Pradżnia to wiedza *par excellence*, znajomość Rzeczywistości. Tutaj słowem określającym Rzeczywistość jest śunjata.

powinowactwo z Doskonałą Mądrością i dlatego nie jest całkowicie niemożliwe nawet dla początkującego, w oparciu o czysto teoretyczne zrozumienie przedmiotu, by zacząć praktykować Doskonałą Mądrość. Może nawet nam się powieść, w bardzo niewielkim stopniu. Samą siłą egoistycznej woli możemy przez chwilę utrzymać się na poziomie koncentracji, na którym pojawia się przebłysk Doskonałej Mądrości, a nawet pustki (śunjata). Ale nie będziemy w stanie tego utrzymać. Zaczniemy się ześlizgiwać w dół, pogrążać i spadać. Nastąpi reakcja, przeciwdziałanie ze strony całej naszej psychiki i świadomości, która po prostu nie znajduje się na tym poziomie i nie jest gotowa do praktykowania Doskonałej Mądrości. A więc musimy się cofnąć. Musimy praktykować medytację, rozwijać wyższe stany świadomości i w ten sposób stworzyć mocną podstawę dla praktyki Doskonałej Mądrości. Kiedy to zrobimy, możemy znowu ruszyć do przodu.

Cofnąć się, żeby pójść naprzód

A zatem podążanie ścieżką nieregularnych kroków zwykle wiąże się z wymuszaniem procesu duchowego rozwoju. To tak, jakbyśmy próbowali spowodować wzrost rośliny, otwierając na siłę palcami drobne pączki albo próbując położyć wyższe piętra budynku, zanim wyschną fundamenty. Wcześniej czy później odkrywamy, że tego nie da się zrobić. Próba otwarcia pączków na siłę nic nie da – trzeba podlewać korzenie. Nic nie da próba położenia wyższego piętra – trzeba wzmocnić fundamenty. Kwiat, który jako buddyści chcemy doprowadzić do rozkwitu, to lotos o tysiącu płatków[135], a więc potrzebujemy dużo wody. Wieża, którą chcemy zbudować, to wieża sięgająca do samego nieba, więc potrzebuje mocnych fundamentów. Ujmując rzecz w sposób aksjomatyczny, możemy powiedzieć, że wyższego etapu ścieżki nie rozwiniemy w pełni, a nawet w stopniu umiarkowanym, zanim niższy etap ścieżki nie zostanie w pełni rozwinięty.

135 Sahasrara-padma, lotos o tysiącu płatków, jest najwyższym z siedmiu ośrodków psychicznych i usytuowany jest nad czubkiem głowy. W odniesieniu do praktyki duchowej buddyzm zajmuje się głównie trzema wyższymi ośrodkami psychicznymi. Implikacja tutaj jest taka, że tysiącpłatkowy lotos rozkwita tylko wówczas, gdy powstaje Wgląd. Zob. przyp. 56. Więcej na temat ośrodków psychicznych i ich związku z praktyką, zob. Lama Anagarika Govinda, *The Foundations of Tibetan…*, s. 143 i n.

To jest podstawowa zasada. Jeśli chcemy doświadczać wyższego etapu, czy wyższego poziomu, intensywnie czy trwale, musimy najpierw ukończyć niższy etap i tylko na jego podstawie możemy ustanowić etap wyższy. Dlatego wcześniej czy później musimy przejść ze ścieżki nieregularnych kroków na ścieżkę kroków regularnych. To właśnie oznacza przejście z jednej ścieżki na drugą. Oznacza, iż cofamy się, aby pójść naprzód.

Jak daleko musimy się cofnąć, jak daleko powrócić? Można by powiedzieć, że należy „powrócić do moralności" – w końcu to popularny gdzieniegdzie slogan! Albo można by powiedzieć: „Z powrotem do hinajany"– w końcu, jak się uważa, buddyzm, historycznie i duchowo składa się z trzech wielkich faz rozwoju (hinajany, mahajany i wadżrajany), więc można by powiedzieć: z powrotem do hinajany albo do podstawowego buddyzmu, z powrotem do therawady. Ale w istocie musimy się cofnąć jeszcze dalej. Musimy cofnąć się do czegoś jeszcze bardziej podstawowego i fundamentalnego niż etyka, nawet bardziej podstawowego i fundamentalnego niż hinajana – powinniśmy cofnąć się do Trzech Klejnotów. Powinniśmy pokłonić się i pójść po Schronienie, mówiąc: „Buddham saranam gacchami, Dhammam saranam gaczczami, Sangham saranam gaczczami". „Idę po Schronienie do Buddy, idę po Schronienie do Dharmy, idę po Schronienie do Sanghi". Tam naprawdę rozpoczyna się buddyzm. To są korzenie, fundamenty, same podstawy naszego życia duchowego. Właśnie tak naprawdę zaczynamy praktykować ścieżkę – idąc po Schronienie do Trzech Klejnotów.

ETYKA

Etyka, medytacja i Mądrość to temat drugiej części niniejszego Przewodnika. *Razem składają się one na jedną z najlepiej znanych nauk Buddy: potrójną ścieżkę. Potrójna ścieżka zawiera w sobie cały buddyzm. Odnosi się do ciała, mowy i umysłu, a prowadzi do zakończenia cierpienia. Jest ona stopniowa: etyka oraz czyste sumienie stanowią niezbędną podbudowę dla medytacji, a medytacja to grunt, na którym można rozwinąć Mądrość.*

W pierwszej części zapoznamy się z podstawami etyki, której sednem jest zręczne postępowanie. Zbadamy, czym ta etyka różni się od naszej zachodniej, której korzenie tkwią w chrześcijaństwie. Kolejne rozdziały poświęcone są pięciu wskazówkom, czyli najpowszechniejszej liście zawierającej etyczne wskazania. Na początek dokonamy przeglądu pięciu wskazówek, jak je się nazywa, po czym weźmiemy pod lupę każdą z nich z osobna, czyli zasadę niestosowania przemocy, zasadę niewykorzystywania, zadowolenie, komunikację oraz świadomość.

KRYTERIUM ETYKI

W buddyzmie etyka nie jest kwestią posłuszeństwa wobec przykazań zesłanych nam z wysokości, lecz kwestią zręcznego zachowania i unikania zachowań niezręcznych. Działanie zręcznie oznacza działanie wolne od chciwości, nienawiści i umysłowego pomieszania. Nie będziemy jednak zręczni, jeśli nie zrozumiemy tego, co robimy, nie dostrzeżemy możliwości, jakie przed nami stoją i nie przetestujemy ich. Etyczne życie staje się kwestią działania w oparciu o to, co jest w nas najlepsze: działania wynikającego z naszego najgłębszego zrozumienia i wglądu, z najgłębszej miłości oraz współczucia.

Patrząc z perspektywy czasu, wygląda na to, że rozwój zachodniej etyki już od samego początku przyjął dość niefortunny obrót. Zachodnia tradycja etyczna ma bardzo złożone – by nie rzec mieszane – pochodzenie. Zawiera elementy zaczerpnięte z tradycji klasycznej, czyli greckiej i rzymskiej, jak również elementy judeochrześcijańskie i, szczególnie w niektórych krajach północnoeuropejskich, elementy germańskiego pogaństwa. Lecz chociaż nasza zachodnia tradycja etyczna utkana jest z wielu splatających się nici, dominuje w niej element judeochrześcijański. To jest oficjalna etyka, dla której, przynajmniej w przeszłości, wszyscy deklarowali poparcie, niezależnie od osobistych obyczajów czy upodobań.

W tradycji judeochrześcijańskiej moralność pojmuje się przede wszystkim w kategoriach prawa. Moralny obowiązek czy moralny nakaz został przez Boga nałożony na człowieka. Ten nakaz dobrze ilustruje biblijna relacja o powstaniu dziesięciu przykazań. Mojżesz udał się na górę Synaj i tam, pośród grzmotów i błyskawic, otrzymał od Boga dziesięć przykazań wyrytych na dwóch kamiennych tablicach (tak się to przedstawia w sztuce chrześcijańskiej), które po zejściu z góry Synaj przekazał dzieciom Izraela. Ten opis ukazuje etykę jako ideę narzuconą człowiekowi, niemal wbrew jego woli, przez siłę czy zewnętrzny autorytet. Według *Starego Testamentu* Bóg stworzył człowieka, uformował go z ziemskiego pyłu i tchnął życie w jego nozdrza. Zatem człowiek jest wytworem Boga, czy wręcz jego niewolnikiem zobowiązanym do posłuszeństwa, a nieposłuszeństwo jest grzechem, co z kolei ilustruje przypowieść o upadku[136].

[136] *Księga Rodzaju*, 2, xvii.

Adam i Ewa zostali ukarani, jak wszyscy wiemy, za nieposłuszeństwo wobec najwyraźniej arbitralnego nakazu. Bóg powiedział: „[…] nie będziecie jedli z drzewa znajomości dobrego i złego[137]". Nie podał im jednak żadnego powodu tego zakazu. Choć dzisiaj niewielu ludzi wierzy w prawdziwość takich opowieści, wzory postaw, jakie przekazują, przetrwały. Samo słowo „przykazanie" jest znaczące. Znaczące jest, że prawo moralne, czy zasada moralna, powinno być p r z y k a z a n i e m – czymś, co nam nakazano robić, do czego jesteśmy zobowiązani, prawie przymuszeni przez siłę czy zewnętrzny autorytet.

Oba przytoczone przykłady zostały zaczerpnięte ze *Starego Testamentu*. Chrześcijaństwo niewątpliwie wychodzi poza tę koncepcję etyki, ale jednak niezbyt daleko. Źródła specyficznie chrześcijańskiej etyki można odnaleźć w nauce Jezusa zawartej w czterech *Ewangeliach*. Według tej tradycji Jezus jest Bogiem, więc kiedy sam Bóg każe nam coś robić, nakaz ten ma ogromną siłę kryjącego się za nim autorytetu. A zatem robimy coś nie dlatego, że dobrze jest to robić, ale ponieważ jesteśmy o to proszeni, a wręcz otrzymujemy rozkaz wydany przez kogoś, kto reprezentuje całą siłę i władzę w niebie i na ziemi. Dlatego nawet w kontekście etyki chrześcijańskiej istnieje, ogólnie mówiąc, ta sama idea etyki jako czegoś obligatoryjnego, czegoś narzuconego z zewnątrz, czemu trzeba się podporządkować. To jest nasze tradycyjne dziedzictwo. To jest sposób myślenia, pod którego wpływem, świadomie czy nieświadomie, pozostajemy, kiedy myślimy o etyce.

Dzisiaj większość ludzi w Wielkiej Brytanii nie czuje się chrześcijanami w jakimś głębszym sensie, ale mimo to wciąż myśli o moralności i etyce jak o obowiązku nałożonym na nich z zewnątrz, o nakazie, którego zobowiązani są przestrzegać. Moglibyśmy podsumować sytuację tradycyjnej etyki w dzisiejszych czasach, mówiąc, że polega ona na nierobieniu tego, co chcemy robić i robieniu tego, czego nie chcemy robić, ponieważ – z niezrozumiałych dla nas powodów – ktoś, w kogo istnienie już nie wierzymy, tak nam nakazał. Nic więc dziwnego, że jesteśmy zdezorientowani. Nic dziwnego, że nie mamy etycznych drogowskazów i kombinujemy raz tak, raz inaczej. Lecz chociaż próbujemy nadać naszemu życiu sens, próbujemy odkryć w zdarzeniach jakiś wzorzec, gdy w grę wchodzi etyka, widzimy głównie chaos.

---

[137] Tamże, 3.

Buddyjskie kryterium

Nie chcę przesadzać ani przedstawić zbyt ostrych czy czarno-białych kontrastów, ale w tradycji buddyjskiej podejście do etyki jest całkiem odmienne od tradycji chrześcijańskiej. I nawet nie tylko w buddyjskiej, ale całej wschodniej, szczególnie dalekowschodniej tradycji. Zgodnie z nauką Buddy zachowaną w tradycjach wszystkich szkół, działania są dobre lub złe, doskonałe lub niedoskonałe w zależności od stanu umysłu, w jakim są podejmowane. Inaczej mówiąc, kryterium etyki nie jest teologiczne, ale psychologiczne. To prawda, że na Zachodzie ta idea nie jest nam obca, nawet w kontekście chrześcijaństwa, ale jeśli chodzi o etykę buddyjską, a właściwie jeśli chodzi o etykę Dalekiego Wschodu, czy to buddyjską, czy taoistyczną, czy konfucjańską – stanowi ona jedyne kryterium. To kryterium stosuje się powszechnie i ściśle spełnia.

Zgodnie z tradycją buddyjską istnieją dwa rodzaje działania, zręczne (sanskryt: kauszalja, pali: kusala) i niezręczne (sanskryt: akauszalja, pali: akusala). Ten podział jest znaczący, ponieważ terminy „zręczne" i „niezręczne", odmiennie od terminów „dobre" i „złe", sugerują, że etyka pozostaje w dużym stopniu kwestią inteligencji. Nie będziemy zręczni, jeśli nie zrozumiemy tego, co robimy, jeśli nie dostrzeżemy możliwości, jakie przed nami stoją i nie przetestujemy ich. Dlatego etyka, według buddyzmu, jest w takim samym stopniu kwestią inteligencji i Wglądu, jak dobrych chęci i dobrych uczuć. Mówi się, że droga do piekła jest wybrukowana dobrymi chęciami, ale trudno powiedzieć, że drogę do piekła wybrukowano zręcznością.

Niezręcznymi nazywa się te działania, które wyrastają z pożądania czy egoistycznego pragnienia, z nienawiści, niechęci, z umysłowego pomieszania, dezorientacji, duchowego zamroczenia czy niewiedzy. Zręczne działania są wolne od chciwości, od nienawiści, od umysłowego pomieszania, a zamiast tego motywowane są szczodrością, czyli chęcią dzielenia się i dawania, miłością, współczuciem oraz zrozumieniem. To bardzo proste rozróżnienie od razu ukazuje całą moralność w zupełnie innym świetle. Etyczne życie staje się kwestią działania w oparciu o to, co jest w nas najlepsze: działania wynikającego z naszego najgłębszego zrozumienia i Wglądu, z najgłębszej miłości oraz współczucia.

Po tym, co powiedziałem, osoby studiujące buddyzm zastanawiają się może, jak do tego wszystkiego pasuje pięć lub dziesięć śili, czyli wskazówek? Czy nie są one listami etycznych zasad, które określił sam Budda i którym musimy się podporządkować? W odpowiedzi można rzec, że chociaż Budda nauczał i zalecał śile, czyli zbiory wskazówek, to nie określał ich autorytatywnie, tak jak dziesięć przykazań podanych przez Boga. Budda mówił, że jeśli ktoś jest oświecony – czyli osiągnął stan buddy, tym samym rozwijając ogromną mądrość i pełnię współczucia – to nieuniknione jest, że będzie zachowywał się w określony sposób, ponieważ takie zachowanie leży w naturze oświeconej istoty. W takim stopniu, w jakim jesteś oświecony, będziesz również zachowywał się w sposób oświecony. Jeśli nie jesteś oświecony, lub jesteś oświecony w pewnym stopniu, przestrzeganie śili, czyli wskazówek, będzie pomagało ci samemu doświadczać stanu umysłu, który one odzwierciedlają.

Posłużmy się przykładem dla wyjaśnienia tego punktu. Mówimy, że oświecony, czyli ktoś, kto jest buddą, uwolnił się (powiedzmy) od żądzy, czyli egoistycznego pragnienia. Natomiast my jesteśmy pełni pragnień. Pragniemy, na przykład, różnego rodzaju jedzenia i mamy szczególne upodobanie do tego lub tamtego dania. Przypuśćmy zatem, że przestajemy jeść naszą ulubioną potrawę, cokolwiek by to nie było. Rezygnujemy z niej. Postanawiamy już więcej jej nie jeść. Z wielkim żalem, ze smutkiem zamykamy drzwi spiżarni. Opieramy się pokusie, czymkolwiek by ona nie była, np. ciastem ze śliwkami.

(Znałem buddyjskiego mnicha, który był niezwykle łakomy na ciasto ze śliwkami. Mówiono, że można się od niego wszystko wydostać, jeśli da się mu wystarczającą ilość ciasta ze śliwkami!). W rezultacie będziemy przez jakiś czas cierpieć i będzie nam trudno. To może być naprawdę ciężka próba. Ale jeśli wytrzymamy, jeśli pozbędziemy się wyobrażeń ciasta ze śliwkami, pragnienie stopniowo się zmniejszy i ostatecznie osiągniemy szczęśliwy stan, w którym nie ma pragnienia i w którym nawet nie myślimy o tej konkretnej rzeczy. Powstrzymywanie się od jedzenia ciasta ze śliwkami stanie się już nie kwestią dyscypliny, ale autentycznym wyrazem osiągnięcia stanu wolnego od pragnienia.

Śile, wskazówki, są zatem nie tylko listą zasad, chociaż kiedy natkniesz się na nie w książkach o buddyzmie, mogą faktycznie stwarzać takie wrażenie. Bardzo często przedstawia się Buddę, jak mówi ludziom, czego

nie powinni robić, wskutek czego buddyzm wydaje się bardzo ponury i negatywny. Jednak śile są w rzeczywistości tylko modelem etycznego zachowania. Pokazują, jak wyraziłby się w naturalny sposób w zachowaniu zręczny stan umysłu. A ponieważ są naturalnym modelem etycznego zachowania, możemy ustalić, w jakim stopniu je rozwinęliśmy, porównując swoje zachowanie z śilami.

PIĘĆ WSKAZÓWEK

Najbardziej znanym modelem etycznego zachowania w buddyzmie jest lista tzw. pięciu wskazówek. Pięć wskazówek mówi nam, czego mamy nie robić. Mniej znana jest lista pięciu pozytywnych odpowiedników każdej wskazówki, zwana pięcioma dharmami, stanowiących zachętę do działania z miłością, szczodrością i jasnością umysłu.

Najbardziej znanym wzorcem etycznego zachowania jest pięć śili, powszechnie znanych jako pięć wskazówek. Pięć wskazówek zwykle przekazywanych jest w pasywnej czy też negatywnej formie. Mówią nam, czego nie robić. Jednak każda wskazówka ma pozytywny czy aktywny odpowiednik. To bardzo znaczące, że we współczesnej nauce buddyjskiej pozytywny odpowiednik bywa znacznie mniej znany niż negatywne sformułowanie. Wielu ludzi, którzy słyszeli o pięciu śilach, nie słyszało o pięciu dharmach, jak jest zwanych pięć pozytywnych odpowiedników. W tym kontekście pięć dharm można przetłumaczyć jako pięć zasad etycznych. Omówimy pokrótce pięć wskazówek i pięć dharm, badając najpierw pasywne, a następnie aktywne sformułowania. Da nam to zrównoważony obraz tego wzorca etyki buddyjskiej.

Pierwszą z pięciu wskazówek jest powstrzymanie się od szkodzenia żyjącym istotom. To jest dosłowny przekład. Chociaż czasem tę wskazówkę tłumaczy się jako „nie zabijaj", naprawdę jest powstrzymywaniem się nie tylko od zabijania, ale od jakiegokolwiek szkodzenia. Ta wskazówka oznacza powstrzymywanie się od wszelkich form przemocy, wszelkich form dręczenia, wszelkich form ranienia. Przemoc jest zła, ponieważ opiera się, bezpośrednio lub pośrednio, na niezręcznym stanie umysłu – na stanie nienawiści czy niechęci – i jeśli pozwalamy sobie na przemoc (czyli ten niezręczny stan umysłu, którego przemoc jest naturalnym wyrazem), stanie się coraz silniejszy i potężniejszy.

Pozytywnym odpowiednikiem powstrzymywania się od przemocy jest praktyka maitri (pali: metta): miłości i życzliwości. W tym kontekście maitri wyraża się nie tylko emocjami czy uczuciem, ale również w czynach i zastosowaniu w praktyce. Nie wystarczy tylko czuć życzliwość do innych. To uczucie musi być wyrażone w działaniu. Bowiem jeśli tylko napawamy się nim wewnętrznie, myśląc, jak bardzo wszystkich kochamy i jacy jesteśmy dobrzy, staje się czymś w rodzaju emocjonalnego dogadzania sobie (żeby nie powiedzieć czegoś gorszego). Powinniśmy zatem obserwować siebie pod tym względem. Często uważamy, że kochamy innych ludzi (a przynajmniej uważamy, że kochamy niektórych ludzi). Ale jeśli przyjrzymy się sobie, zobaczymy może, że nigdy naprawdę nie wyrażamy naszej miłości, a tylko uznajemy za rzecz oczywistą, że inni o niej wiedzą.

Typowym przykładem może być para, która zawarła związek małżeński dwadzieścia lub trzydzieści lat temu, a mąż nigdy nie raczy przynieść żonie choćby bukietu kwiatów czy bombonierki. Gdyby go ktoś spytał: „Nie kochasz swojej żony? Nigdy nie dajesz jej choćby kwiatów czy czekoladek", przeciętny mąż odpowiedziałby: „A po co? Oczywiście, że ją kocham, ale ona powinna już o tym wiedzieć po tych wszystkich latach!". To bardzo błędne rozumowanie. Ludzie nie powinni zakładać czy uważać za rzecz oczywistą, że żywimy w stosunku do nich uczucia. Powinny one wynikać z naszych słów i czynów. Zatem starajmy się podtrzymywać ducha miłości i przyjaźni.

W życiu towarzyskim, a szczególnie w buddyjskim życiu towarzyskim, bardzo duży nacisk kładzie się na wymienianie podarunków i składanie zaproszeń. Nie wystarczy siedzieć we własnym pokoju lub nawet we własnej celi i promieniować myślami o miłości. Jakkolwiek może to być dobre i wspaniałe, musi znaleźć konkretny wyraz. Dopiero wtedy takie myśli będą odwzajemnione w namacalny sposób przez innych ludzi.

Drugą z pięciu wskazówek jest powstrzymywanie się od brania tego, co nie zostało nam dane. To też jest dosłowny przekład. Nie chodzi tylko o powstrzymywanie się od kradzieży – zbyt łatwo byłoby jej uniknąć. Druga wskazówka wymaga powstrzymywania się od wszelkiego rodzaju nieuczciwości, wszelkiego rodzaju sprzeniewierzenia czy wykorzystywania, ponieważ wszystkie te zachowania są wyrazem pożądania czy egoistycznego pragnienia. Pozytywnym odpowiednikiem powstrzymywania się od brania tego, co nie zostało nam dane, jest oczywiście dana,

czyli szczodrość. I znowu przejawia się ona nie tylko jako wielkoduszne uczucie, chęć dawania, ale jako sam akt szczodrości. Nie muszę omawiać szczegółowo tej kwestii, bowiem danę szybko zrozumieją wszyscy, którzy przez jakiś czas mieli kontakt z żywym buddyzmem.

Trzecią wskazówką jest powstrzymywanie się od niewłaściwych zachowań seksualnych. W sutrach Budda wyjaśnia, że w kontekście pięciu wskazówek niewłaściwe zachowania seksualne obejmują gwałt, uprowadzenie i cudzołóstwo. Te zachowania są niezręczne, bowiem wyrażają zarówno żądzę, jak i przemoc. W przypadku gwałtu i uprowadzenia (które we względnie mało zorganizowanym społeczeństwie z czasów Buddy zdarzały się pewnie powszechnie), przemoc jest popełniana nie tylko przeciw samej kobiecie, ale też, jeśli jest nieletnia, przeciw jej rodzicom czy opiekunom. W przypadku cudzołóstwa przemoc dotyka męża kobiety, ponieważ jego życie rodzinne zostaje świadomie zakłócone. Należy również zauważyć, że w buddyzmie małżeństwo jest aktem wyłącznie cywilnym, nie sakramentem. Co więcej, dozwolony jest rozwód i z religijnego punktu widzenia monogamia nie stanowi obowiązku. W niektórych częściach buddyjskiego świata funkcjonują społeczeństwa, w których występuje poligamia i nie uważa się jej za niewłaściwe zachowanie seksualne.

Pozytywnym odpowiednikiem powstrzymywania się od niewłaściwych zachowań seksualnych jest samtuszti (pali: santutthi*)*, czyli zadowolenie. W przypadku ludzi stanu wolnego zadowolenie oznacza satysfakcję z bycia singlem. W przypadku małżonków oznacza zadowolenie z własnego, uznanego społecznie partnera(-ów) seksualnego(-ych). Zadowolenie w tym wypadku jest nie tylko pasywną akceptacją istniejącego stanu rzeczy. Używając współczesnych pojęć psychologicznych, oznacza ono pozytywny stan wolności od używania seksu dla zaspokojenia neurotycznych potrzeb w ogólności, a szczególnie od używania go dla zaspokojenia neurotycznej potrzeby zmiany.

Czwartą wskazówką jest powstrzymywanie się od mówienia nieprawdy. Mówienie nieprawdy zakorzenione jest w pożądliwości, nienawiści lub lęku. Jeśli kłamiesz, to albo dlatego, że czegoś chcesz, albo pragniesz komuś zaszkodzić lub kogoś zranić, albo z takiego czy innego względu boisz się powiedzieć prawdę. Dlatego kłamanie zakorzenione jest w niezręcznych stanach umysłu. Tego nie trzeba dowodzić. Pozytywnym odpowiednikiem powstrzymywania się od mówienia nieprawdy

jest satja (pali: saczcza), czyli prawdomówność, która została omówiona w związku z Doskonałą Mową.

Ostatnią z pięciu wskazówek jest powstrzymywanie się od napojów i substancji powodujących utratę uważności. Istnieje pewna różnica zdań odnośnie interpretacji tej wskazówki. W niektórych krajach buddyjskich rozumie się je jako wymóg całkowitej abstynencji, a w innych krajach buddyjskich jako wymóg umiarkowania w używaniu wszystkiego, co przyjmowane w nadmiarze może powodować odurzenie. Możemy wybierać między tymi interpretacjami. Pozytywnym odpowiednikiem tej wskazówki jest smriti (pali: sati): uważność czy świadomość. To jest właściwe kryterium. Jeśli potrafisz pić, nie zaburzając swojej uważności, to – można powiedzieć – pij, ale jeśli nie potrafisz, nie pij. Trzeba jednak być wobec siebie całkowicie uczciwym i nie udawać, że pozostaje się świadomym, kiedy jest się już tylko wesołym. Zatem nawet jeśli piątą wskazówkę interpretuje się jako wymagającą jedynie umiarkowania, w świetle tego pozytywnego odpowiednika w zdecydowanej większości przypadków wymagana będzie jednak całkowita abstynencja.

ZASADA NIESTOSOWANIA PRZEMOCY

Pokój w pełnym znaczeniu tego słowa da się osiągnąć jedynie, jeśli pogłębimy swoje zrozumienie faktu, że ludzkość jest niepodzielna i będziemy działali w oparciu o to zrozumienie z jeszcze większą konsekwencją. Będziemy musieli mocniej utożsamiać się z wszystkimi żyjącymi istotami i kochać je żarliwszą i bardziej bezinteresowną miłością. Przede wszystkim zaś, będziemy musieli zwiększyć swoje oddanie dla wielkiej etycznej i duchowej zasady niestosowania przemocy.

Chociaż bez likwidacji broni nuklearnej nie może zapanować światowy pokój, to jednak w żadnym razie nie jest ona równoznaczna ze światowym pokojem w pełnym tego słowa znaczeniu. Broń nuklearna nie stanowi jedynej broni w arsenałach suwerennych państw. Istnieje wiele innych rodzajów broni, a niektóre z nich są niemal tak potworne jak broń nuklearna, i nawet gdyby wyeliminowano możliwość wojny nuklearnej, to innego rodzaju broń wciąż mogłaby wyrządzić cywilizacji niepowetowane szkody i zadać ludzkości nieopisane cierpienia. Dlatego jeśli osiągnięty ma być pokój w pełnym znaczeniu tego słowa, musimy pracować nie tylko nad likwidacją

broni nuklearnej, ale także nad likwidacją broni konwencjonalnej. Niewiele da zlikwidowanie broni nuklearnej, jeśli znajdziemy się w takiej samej sytuacji, jaką mamy dzisiaj, minus broń nuklearna. Niewiele też da jej zlikwidowanie, jeśli następnie znajdziemy się w takiej samej sytuacji, w jakiej byliśmy wczoraj, ani nawet przedwczoraj. Chociaż byłoby to bez wątpienia niewysłowionym błogosławieństwem dla ludzkości i nieskończoną ulgą, to zlikwidowanie broni nuklearnej z pewnością nie wystarczy. Nawet zlikwidowanie obu, nuklearnej i nienuklearnej broni, z pewnością nie wystarczy. Pokój, w pełnym tego słowa znaczeniu, osiągniemy dopiero wtedy, gdy niezależne kraje, a także mniejsze grupy i jednostki, będą rozstrzygać swe spory wyłącznie za pomocą środków pokojowych.

Żeby osiągnąć pokój – pokój na całym świecie – w tym pełniejszym powyższym znaczeniu, potrzebujemy pogłębić swoje zrozumienie faktu, że ludzkość jest niepodzielna, i działać w oparciu o to zrozumienie z jeszcze większą konsekwencją. Będziemy musieli uważać siebie za obywateli świata w bardziej konkretnym znaczeniu niż dotychczas i pozbyć się nawet najmniejszego śladu nacjonalizmu. Będziemy musieli mocniej utożsamiać się z wszystkimi żyjącymi istotami i kochać je bardziej żarliwą i bezinteresowną miłością. Będziemy musieli przemawiać donioślejszym i wyraźniejszym głosem rozsądku i współczucia w świecie. Będziemy musieli też wywrzeć nacisk na rządy i ludzi całego świata, i na nas samych, tego samego rodzaju nacisk, jaki był potrzebny dla zlikwidowania broni nuklearnej, ale nawet na jeszcze większą skalę. Przede wszystkim zaś, będziemy musieli zwiększyć swoje oddanie dla wielkiej etycznej i duchowej zasady niestosowania przemocy, zarówno w odniesieniu do relacji między jednostkami, jak i grupami.

Od początku historii, a nawet może od samego początku obecnego cyklu kosmicznego, w świecie działały dwie wielkie zasady: zasada przemocy i zasada niestosowania przemocy, czy jak możemy ją też nazwać, zasada miłości w znaczeniu *agape*, a nie w znaczeniu *eros*[138].

Zasada przemocy znajduje wyraz w sile i oszustwie, w ucisku, w wykorzystaniu, zastraszaniu i szantażu. Zasada niestosowania przemocy znajduje

[138] *Agape*, chociaż ma więcej szczególnych znaczeń, jest słowem używanym w greckim Nowym Testamencie na określenie miłości człowieka do bliźniego, w autoryzowanej wersji tłumaczonym jako „miłosierdzie”. *Eros* oznacza miłość erotyczną.

wyraz w życzliwości i otwartości oraz w łagodności i uczynności, w motywowaniu innych i dodawaniu otuchy, we wzajemnym zrozumieniu i docenianiu. Zasada przemocy polega na automatycznej reakcji i w ostatecznym rozrachunku jest destrukcyjna; zasada niestosowania przemocy jest twórcza. Zasada przemocy jest zasadą ciemności, zasada niestosowania przemocy jest zasadą światła. Podczas gdy życie zgodnie z zasadą przemocy oznacza bycie zwierzęciem albo diabłem, albo też połączeniem ich obu, to życie zgodnie z zasadą niestosowania przemocy oznacza bycie człowiekiem (w pełnym tego słowa znaczeniu), a nawet aniołem.

Oczywiście, dotychczas ludzie żyli bardziej zgodnie z zasadą przemocy niż jej niestosowania. Było to możliwe, ponieważ mogli żyć zgodnie z zasadą przemocy, nie niszcząc siebie całkowicie. Ale tak już nie jest. W związku z powstaniem supermocarstw uzbrojonych w broń nuklearną, nie możemy już teraz żyć zgodnie z zasadą przemocy, wcześniej czy później nie unicestwiając siebie. Dlatego stanęliśmy przed wyborem: albo nauczymy się żyć zgodnie z zasadą niestosowania przemocy, albo też nie będziemy żyć wcale. A zatem możliwość całkowitego nuklearnego zniszczenia nie tylko pozwoliła nam zrozumieć prawdziwą naturę przemocy, ukazując nam, jakie byłyby konsekwencje przemocy na największą możliwą skalę, ale też pozwoliła nam znacznie głębiej docenić prawdziwą wartość niestosowania przemocy.

ZASADA NIEWYKORZYSTYWANIA

W niniejszym znaczeniu zasada niewykorzystywania wykracza daleko poza zakres ekonomii i rozciąga się na sferę wszelkich relacji międzyludzkich. Testujemy tu możliwość związków między ludźmi opartych nie na interesie czy wymianie, ale na pełnym i wolnym wzajemnym dawaniu, bez oczekiwania na odwzajemnienie.

Znaczenie zasady niewykorzystywania wykracza daleko poza zakres ekonomii. Rozciąga się zarówno na sferę psychologiczną, jak i duchową. Zasadę niewykorzystywania można też zastosować do całej sfery relacji osobistych, a szczególnie bliższych i bardziej intymnych związków.

Wyobraźmy sobie na przykład, że kogoś spotkaliśmy i polubiliśmy. Powstaje pytanie: dlaczego go lubimy? Odpowiedź brzmi: lubimy go, ponieważ zaspokaja jakąś naszą potrzebę. Ta potrzeba może być świadoma, ale

najczęściej jest nieświadoma. (Kiedy potrzeba jest nieświadoma, zaczynamy lubić tę osobę, ale niecałkiem wiemy dlaczego). Jeśli potrzeba jest nieświadoma, możemy spróbować stać się jej świadomi. Zwykle jednak nie próbujemy. Zamiast tego, racjonalizujemy sytuację i mówimy: „Lubię go, ponieważ jest miły i taktowny". Albo: „Lubię go, bo kocha zwierzęta, tak jak ja". Albo: „Lubię go, ponieważ interesuje się buddyzmem, jak ja". Cokolwiek powiemy, prawdziwe źródło sympatii znajduje się często gdzie indziej. Ta konkretna osoba, o której mówimy, że lubimy ją z takiego czy innego powodu, zaspokaja pewną – być może bardzo głęboką – potrzebę w nas. Na przykład, może zaspokajać naszą potrzebę uwagi. Jeśli zyskujemy czyjąś uwagę, której psychologicznie potrzebujemy, wtedy oczywiście powiemy, że lubimy tę osobę.

Jeśli ktoś zaspokaja jakąś naszą potrzebę, wtedy będziemy chcieli kontynuować nasz związek z tą osobą; jak długo trwa nasza potrzeba, tak długo będziemy chcieli ją zaspokajać. Jeżeli chcemy, żeby ktoś nadal zaspokajał naszą potrzebę, to najlepiej jest odkryć, czego ta osoba potrzebuje i też zaspokajać jej potrzebę. Zazwyczaj właśnie tak robimy, świadomie albo nieświadomie. Ta osoba może, na przykład, potrzebować uznania. Przypuśćmy, że namalowała obraz, ale czuje, że nie jest wystarczająco doceniana – nikt nie dostrzega jej talentu artystycznego. Wykorzystujemy to i mówimy: „Jaki piękny obraz!". Dajemy jej uznanie i zachętę, której potrzebowała.

W ten sposób stała się od nas zależna, ponieważ zaspokajamy jej potrzebę, tak jak my staliśmy się zależni od niej, ponieważ ona zaspokaja naszą potrzebę. Jesteśmy od niej zależni, bo potrzebujemy jej uwagi; ona jest zależna od nas, bo potrzebuje naszego uznania. W ten sposób powstaje wzajemna zależność i wzajemne wykorzystywanie, które razem tworzą podstawę większości ludzkich związków. To tak, jakby dwoje ludzi ubiło obopólny, lecz w większości nieświadomy interes, a każdy z nich mówił drugiemu: ty dasz mi to, czego ja potrzebuję, a ja dam ci to, czego ty potrzebujesz. Żadna z tych osób, żadna strona tej transakcji nie pyta, czy ta potrzeba jest prawdziwą potrzebą, która powinna być zaspokojona, czy też jest sztuczną potrzebą, której lepiej nie zaspokajać – cały proces pozostaje bardziej lub mniej nieświadomy.

W tym miejscu ktoś mógłby słusznie zapytać, czy wobec tego nigdy nie powinniśmy brać tego, czego potrzebujemy od innej osoby. Odpowiedź na to pytanie zawarta jest w wierszu z *Dhammapady*:

> Niech milczący mędrzec postępuje w wiosce tak, jak pszczoła zbierająca nektar z kwiatu, nie szkodząc jego barwie ani woni[139].

Możemy brać to, czego potrzebujemy od innej osoby, obojętnie czy jest to materialne, psychologiczne czy duchowe, ale powinniśmy brać jak pszczoła: nie szkodząc kwiatu, czyli nie szkodząc osobie, od której bierzemy. Inaczej mówiąc, musimy brać bez wykorzystywania.

Można powiedzieć, że istnieją dwa rodzaje związków: jeden oparty na wykorzystywaniu, drugi wolny od wykorzystywania. Zwykle widzimy, że związek oparty na wykorzystywaniu, lub raczej wzajemnym wykorzystywaniu, kończy się katastrofalnie (kiedy jedna osoba z jakiegoś powodu nie ma już zamiaru zaspokajać potrzeby drugiej osoby): popada w uregulowaną codzienność i narastającą nudę (jeśli dwoje ludzi zaangażowanych jest w związek, w którym każdy daje drugiemu, ponieważ drugi daje jemu, to przez jakiś czas wzajemne potrzeby są zaspokajane i każdy z nich dotrzymuje „umowy" między nimi, ale w końcu staje się to bardzo monotonne i nudne). Z drugiej strony, związek, w którym potrzeby zaspokaja się w sposób świadomy i który nie opiera się na interesie czy wymianie, ale na pełnym i wolnym wzajemnym dawaniu bez oczekiwania na odwzajemnienie, może trwać, stale się pogłębiając i nabierając coraz większego znaczenia.

Dobry związek między rodzicami i dziećmi jest przykładem tego rodzaju relacji. Rodzice dobrowolnie dają dzieciom, nie myśląc o tym, by dziecko oddało im później – po prostu dają, ponieważ jest to słuszne i naturalne. W taki sam sposób dzieci dają też rodzicom, najlepiej jak potrafią. Nie dają z myślą, że odwzajemniają się za to, co ich dobrzy rodzice zrobili, ale po prostu dlatego, że kochają swoich rodziców. W ten sposób rodzice dają i dzieci dają: dawanie jest wzajemne. Jest ono wzajemne, ale nie dajemy d l a t e g o, że sami dostajemy; nie ma w tej relacji żadnego wykorzystywania, niczego, co by przypominało interes.

Dlatego, zgodnie z buddyjską filozofią, związki między ludźmi – czy to w życiu religijnym, czy na polu ekonomii, czy nawet w bardziej

[139] To jest przekład Sangharakszity. Inna wersja tego wersetu brzmi: „Tak jak pszczoła zbiera miód z kwiatu, nie niszcząc ani jego barwy, ani zapachu, tak mędrzec obchodzi wioskę, prosząc o ofiary". *Dhammapada*, tłum. Z. Becker, Misja Buddyjska „Trzy Schronienia" w Polsce, rozdz. 4, w. 49.

intymnych relacjach osobistych – powinny opierać się na zasadzie niewykorzystywania.

ZADOWOLENIE

Przestrzeganie trzeciej wskazówki etycznej nie sprowadza się jedynie do powstrzymywania się od wielu dobrze znanych przejawów niewłaściwych zachowań seksualnych, lecz polega na doświadczaniu głębokiego, wewnętrznego zadowolenia. Prawdziwe zadowolenie nie ma nic wspólnego z zaprzeczaniem czy unikaniem tego, kim naprawdę jesteśmy. Oznacza ono transformację, wzniesienie się na poziom, gdzie możemy doświadczać siebie przez cały czas, tak jak czynimy to w głębokiej medytacji.

W zrozumieniu trzeciego wskazania, szczególnie w jego aktywnej formie (zadowolenie), pomocne będzie ujrzenie go w kontekście tradycyjnej buddyjskiej kosmologii. Ta kosmologia ukazuje nam trzypoziomowy wszechświat. Doczesna egzystencja dzieli się jakby na trzy poziome warstwy, z których druga znajduje się wyżej od pierwszej w tym sensie, że jest subtelniejsza, pozytywniejsza, dostarczająca większej błogości i bardziej świetlista, a trzecia jest wyższa od drugiej. Te trzy warstwy to poziomy, światy albo sfery – terminologia jest różna – zmysłowego pragnienia (kamaloka), formy archetypowej (rupaloka) i bez formy archetypowej (arupaloka). Poziom pragnienia zmysłowego obejmuje (w porządku wznoszącym się) świat piekła, świat głodnych duchów, świat asurów, czyli antybogów, świat zwierząt, świat ludzi i świat (niższych) bogów, od czterech wielkich królów (lub bogów czterech kierunków przestrzeni, jak są też zwani) aż do bogów kontrolujących stwarzanie innych[140]. Poziom form archetypowych obejmuje szesnaście podpoziomów, od nieba bogów należących do otoczenia brahmy, i sięga aż po pięć „czystych siedzib", które są zamieszkałe przez niepowracających, czyli te wielkie istoty duchowe, które w takim stopniu rozwinęły transcendentalny Wgląd, że przerwały pięć więzów wiążących je z płaszczyzną pragnienia zmysłowego, dzięki czemu już się tam nie odrodzą[141]. Trzeci poziom, bez form archetypowych, obejmuje cztery podpoziomy, z których

[140] Schemat trzech światów z wszystkimi poziomami i klasami istot, zob. R. Kloetzli, *Buddhist Cosmology*, Motilal Banarsidass, Delhi 1983.

[141] Zob. s. 125.

wszystkie zamieszkałe są przez brahmów, klasę istot duchowych wyższych nawet od bogów (chociaż czasem określa się ich jako bogów).

Wiele można powiedzieć o tych trzech poziomach uwarunkowanej egzystencji. W tej chwili interesuje nas jedynie fakt, że na poziomach form archetypowych nie ma takiej rzeczy jak dwupostaciowość seksualna, czyli nie ma podziału na męskie i żeńskie, zatem mieszkańców tych poziomów nazwalibyśmy istotami androginicznymi. Dwupostaciowość seksualna, czyli podział na męskie i żeńskie, istnieje tylko na poziomie pragnienia zmysłowego, włączając w to oczywiście świat ludzki. Ponieważ życie duchowe polega, w obiektywnych czy kosmologicznych kategoriach, na przechodzeniu z niższych do wyższych poziomów i światów, to polega ono też na przechodzeniu ze stanu biologicznej i psychologicznej dwupostaciowości seksualnej do stanu duchowej androginii. Ponadto, ponieważ stan dwupostaciowości seksualnej jest stanem polaryzacji, napięcia i projekcji, jest też stanem niezadowolenia. Stan duchowej androginii przeciwnie – jest stanem harmonii, odprężenia i zadowolenia. Dlatego przestrzeganie trzeciego wskazania nie polega tylko na powstrzymywaniu się od różnych znanych form nadużyć seksualnych, ale też, co ważniejsze, na doświadczaniu zadowolenia pionowego (omówionego powyżej), w odróżnieniu od poziomego odpowiednika takiego powstrzymywania się.

W medytacji przekraczany jest stan dwupostaciowości seksualnej. W medytacji przez jakiś czas przestajemy być mężczyzną czy kobietą. Dzieje się tak dlatego, że w medytacji, w znaczeniu śamatha-bhawany, czyli rozwijaniu spokoju, przechodzimy przez dhjany, czyli stany wyższej świadomości, jak można by je nazwać, a te stany wyższej świadomości są subiektywnymi, psychologicznymi odpowiednikami różnych podpoziomów świata form archetypowych i bez form archetypowych. Dlatego, kiedy medytujemy (w znaczeniu doświadczania dhjan), jesteśmy dewą albo brahmą. Zgodnie z terminologią zachodniej tradycji duchowej jesteśmy aniołami i prowadzimy anielski tryb życia – anioły oczywiście z natury są androginiczne. A więc nie jest lingwistycznym przypadkiem, że w sanskrycie słowo odpowiadające temu, co nazywamy celibatem, czy bardziej poprawnie czystością, to brahmaczarja (pali: brahmaczarija), co dosłownie znaczy „postępowanie, życie jak brahma", czyli nie tylko powstrzymywanie się od aktywności seksualnej, ale też przekraczanie dwupostaciowości płciowej, na której oparte jest seksualne pragnienie i aktywność seksualna.

Dlatego też Wadżraloka, nasz ośrodek medytacyjny i odosobnieniowy w Północnej Walii, poświęcony jest nie tylko medytacji (dhjana), ale też celibatowi (brahmaczarja). Medytacja i celibat idą w parze: wzajemnie się wzmacniają. Z tej samej przyczyny wspieramy wszelkiego rodzaju miejsca i sytuacje, gdzie kobiety i mężczyźni mają możliwość praktykowania w towarzystwie osób tej samej płci. Nie tylko po to, żeby ograniczyć możliwość nadużyć seksualnych, ale by dać zarówno mężczyznom, jak i kobietom nieco wytchnienia od seksualnego napięcia, okazję do przekroczenia na kilka chwil polaryzacji, jaka ma miejsce między obiema płciami, jak i dostarczyć im okazję do bycia po prostu człowiekiem oraz – w pewnym stopniu – prawdziwą indywidualnością czy jednostką[142]. Dla tych, którzy chcą rozwijać się jako jednostki i czynić postępy na ścieżce do Oświecenia, medytacja i wszelkiego rodzaju sytuacje dające możliwość praktyki kobietom i mężczyznom wśród osób własnej płci są, przy braku transcendentalnego Wglądu, absolutnie niezbędne.

Z powyższego wynika więc nie tylko, że powstrzymanie się od niewłaściwych zachowań seksualnych nie wystarcza, nie tylko to, że trzeba doświadczać zadowolenia, ale także to, że nie powinno się identyfikować z byciem mężczyźną albo kobietą w absolutnym czy wyłącznym sensie. Zgodnie z tradycją buddyjską w trakcie niemającego początku ciągu istnień byliśmy przecież wielokrotnie zarówno mężczyzną, jak i kobietą. Byliśmy nawet, być może, bogiem – istotą androginiczną[143]. Patrząc z tej perspektywy, zupełnie śmieszne byłoby, gdybyśmy myśleli i czuli, iż byliśmy czy będziemy mężczyzną lub kobietą zawsze, na wieki wieków amen tylko dlatego, że zdarzyło się nam być w tym życiu mężczyzną czy kobietą,

W takim stopniu, w jakim przestaniemy myśleć o sobie jak o mężczyźnie czy kobiecie w absolutnym i wyłącznym sensie, w takim też stopniu przestaniemy mówić i działać jakbyśmy byli mężczyzną i tylko mężczyzną, lub kobietą i tylko kobietą, czyli przestaniemy zachowywać się w ten seksualnie ultrabiegunowy sposób, którego przykładem są dla

[142] Sangharakszita używa sformułowania „prawdziwa indywidualność" lub „prawdziwa jednostka" (oryg. true individual) na opisanie człowieka cechującego się m.in. obiektywnością, jasnością umysłu, odpowiedzialnością, wolnością od grupowego uwarunkowania, samoświadomością. Więcej o prawdziwej indywidualności, zob. Sangharakszita, *Czym jest Sangha?*, Wyd. A, Kraków 2007 – przyp. red.

[143] Wykraczającą ponad ten podział – przyp. red.

buddyzmu postacie męskich i żeńskich asurów. Męscy asurowie są ogniści, agresywni i bardzo brzydcy, jak orki we *Władcy Pierścieni*[144]. Żeńskie asury są zmysłowe, uwodzicielskie, bardzo piękne i pożerają wszystkich ludzkich samców, którzy mieli nieszczęście wpaść w ich szpony. Nie ma wzmianki o tym, co męscy asurowie robią z ludzkimi samicami, chociaż bez wątpienia można to sobie wyobrazić.

Nie znaczy to, że różnic seksualnych można się po prostu pozbyć czy pominąć je milczeniem, albo udawać, iż nie istnieją. Cherlawego i bezbarwnego uniseksualizmu, który tylko próbuje negować różnice seksualne na ich własnym poziomie, nie należy mylić z ideałem duchowej androginii. Kastrat nie jest aniołem, pomimo niektórych przedstawień aniołów w sztuce chrześcijańskiej. Tutaj, jak wszędzie w życiu duchowym, potrzebujemy nie negacji, ale przekształcenia, nie unikania, lecz postępu. Jeśli chodzi o trzecie wskazanie, szczególnie w jego aktywnym ujęciu (jako zadowolenie), ten postęp to przejście od całkowitej identyfikacji z własną psychofizyczną płcią do względnej i tymczasowej identyfikacji, i od względnej i tymczasowej identyfikacji z płcią do całkowitego braku identyfikacji. Jeśli tylko uda nam się to dostrzec, czy za pomocą tradycyjnej kosmologii buddyjskiej, czy bez niej, głębiej zrozumiemy trzecie wskazanie, a ponieważ głębiej je zrozumiemy, będziemy przestrzegać je z większą pewnością. Zarówno teoria, jak i praktyka staną się jasne.

POZIOMY KOMUNIKACJI

W buddyzmie właściwą mowę opisuje się jako prawdziwą, serdeczną, pomocną i niosącą zgodę. Te przymioty stanowią jednocześnie cztery poziomy mowy, każdy kolejny głębszy od poprzedniego.

> Lepsze od tysiąca pozbawionych znaczenia słów jest jedno znaczące słowo, po usłyszeniu którego osiągamy spokój.

Werset ten pochodzi z ósmego rozdziału *Dhammapady* pt. *Tysiące*[145]. W każdym wersecie tego rozdziału tysiąc (czasem sto) rzeczy o mniejszej wartości

---

[144] J.R.R. Tolkien, *Władca pierścieni*, tłum. M. Skibniewska, Warszawskie Wydawnictwo Literackie Muza SA, Warszawa 1996.

[145] *Dhammapada*, rozdz. 8, w. 1.

przeciwstawionych jest jednej rzeczy o większej wartości. Inaczej mówiąc, rozdział ten ukazuje kontrast – a nawet konflikt – pomiędzy jakością (jedną rzeczą o większej wartości) z jednej strony, a ilością (wieloma rzeczami o mniejszej wartości) z drugiej. Można powiedzieć, że cały rozdział zachęca byśmy rozróżnili między jakością a ilością i przedkładali pierwsze nad drugie.

W powyższym wersecie Budda odnosi tę zasadę do mowy i przeciwstawia jedno znaczące słowo tysiącu pozbawionych znaczenia słów. Ze strony Buddy wyczuwamy cień ironii: sugeruje, że zwykle mówimy rzeczy pozbawione znaczenia i delikatnie napomyka, że stosunek słów znaczących do pozbawionych znaczenia jest jak jeden do tysiąca.

Mowa pełna znaczenia odpowiada tak zwanej właściwej mowie, a mowa pozbawiona znaczenia odpowiada niewłaściwej mowie. Właściwa mowa, czy Doskonała Mowa, jest trzecim krokiem na Szlachetnej Ośmiorakiej Ścieżce Buddy[146]. Powstrzymywanie się od mówienia nieprawdy jest czwartym wskazaniem z listy pięciu wskazań, które obowiązkowo powinien przestrzegać każdy, kto utrzymuje, że podąża za Buddą. Widać więc wyraźnie, jak dużą wagę Budda przywiązywał do mowy. I faktycznie, mowa i komunikowanie się zajmują w buddyzmie ważne miejsce.

Jaka jest właściwa mowa? Zwykle w buddyzmie właściwa mowa opisywana jest jako mowa szczera, mowa serdeczna (czy uprzejma), pożyteczna (czy pomocna) i prowadząca do zgody. Z drugiej strony, niewłaściwa mowa jest przeciwieństwem: to mowa nieszczera, szorstka, bezużyteczna i prowadząca do niezgody. Jeśli przyglądamy się współczesnym objaśnieniom właściwej mowy, odkrywamy, że rozumie się ją w dość powierzchowny, by nie powiedzieć moralizujący sposób; nie próbuje się dotrzeć do psychologicznej czy duchowej głębi tematu i zbadać jej właściwego znaczenia. (Sądzę, że odnosi się to również do naszego podejścia do całości nauk Buddy. Czasem zwodzi nas prostota jego nauk i zamiast wniknąć w ich głębię, zadawalamy się ich powierzchownym traktowaniem, sądząc, że już je opanowaliśmy).

Ci, którzy piszą na ten temat, zwykle uważają, że szczerość, uprzejmość, użyteczność i prowadzenie do zgody to cztery oddzielne cechy

146 Zob. Sangharakszita, *Wizja i transformacja…*, rozdz. III.

czy atrybuty właściwej mowy, jak gdyby właściwa mowa była taka a taka i miała „naklejone" na sobie te różne atrybuty (że jest szczera, że jest serdeczna, pomocna itd). Ale to nie tak. To tłumaczenie nie sięga dostatecznie głęboko. Szczerość czy uprzejmość tak naprawdę reprezentują cztery kolejne poziomy mowy, każdy głębszy od poprzedniego. Możemy nawet uznać je za cztery etapy komunikacji. Przyjrzymy się każdemu z nich w tym świetle, a później będziemy mogli uzmysłowić sobie, co Budda miał na myśli, mówiąc o czymś tak niezwykle rzadkim i cennym, jak pełne znaczenia słowo.

Szczera mowa

Przede wszystkim, właściwa mowa jest szczera. Uważamy to za oczywiste, ale czy rzeczywiście wiemy, co oznacza szczerość, mówienie prawdy? Niezbędna jest zgodność z faktami. Ale zgodności z faktami można oczekiwać od niewielu ludzi. Bardzo nieliczni są zdolni, na przykład, opisać coś dokładnie tak, jak się zdarzyło. Ludzie zwykle koloryzują, trochę przesadzają, żeby wyglądało nieco lepiej – albo nieco gorzej. Wszyscy mamy skłonność do wyolbrzymiania albo umniejszania. Jest nam niezwykle trudno trzymać się faktów.

Pamiętam w związku z tym, jak jakiś czas temu w Kalimpongu brałem udział w obchodach buddyjskiego święta Wesak. Było to miłe, niewielkie spotkanie, w którym uczestniczyło około stu osób, dlatego zaskoczyło mnie, gdy miesiąc później ujrzałem w czasopiśmie buddyjskim relację z tych obchodów nazwanych „olbrzymim zgromadzeniem". Trudno setkę ludzi nazwać „olbrzymim zgromadzeniem", ale właśnie takiego określenia użyto. Bez wątpienia ktoś, kto pisał tę relację, sądził, że wiara i oddanie ludzi wzrośnie, jeśli dowiedzą się, że w Kalimpongu odbyło się olbrzymie zgromadzenie z okazji rocznicy Oświecenia Buddy, a więc nie zawahał się rozminąć z prawdą. Ludzie zwykle tak postępują: jeśli jest dwóch, robią z tego trzech, jeśli jest czterech, robią z tego pięciu, jeśli jest wielkie, robią z tego trochę większe, jeśli jest małe, robią trochę mniejsze, lecz nie przedstawiają rzeczy takimi, jakimi są.

Zgodność z faktami to pierwsza rzecz, w jakiej musimy się ćwiczyć, ale mówienie prawdy wymaga o wiele więcej niż zgodności z faktami. Powinniśmy mówić prawdę nie tylko zgodną z faktami, ale również wierną

psychologicznie i duchowo. Aby mówić w ten sposób, mówmy uczciwie i szczerze, mówmy, co naprawdę myślimy i co naprawdę wiemy. Pytanie jednak: czy wiemy, co myślimy? Nie możemy mówić prawdy, dopóki nie wiemy, co myślimy, dopóki nie wiemy, co chcemy wyrazić. Musimy zdać sobie sprawę, że większość ludzi żyje w stanie, który można określić jako stały zamęt w umyśle. Nie są zdolni do mówienia prawdy, ponieważ nie wiedzą, co myślą. Mogą myśleć, że myślą, ale nie wiedzą, co myślą.

Na ogół kiedy mówimy prawdę (albo nawet kiedy myślimy, że mówimy prawdę), powtarzamy tylko to, co słyszeliśmy lub czytaliśmy, ale czego w istocie nie zrozumieliśmy, nie przyswoiliśmy. Nie wiemy, czy tak jest; po prostu powtarzamy to, co usłyszeliśmy od kogoś. W takim razie, jak można powiedzieć, że mówimy prawdę? Jeśli chcemy mówić prawdę w tym pełniejszym sensie – wierną psychologicznie i duchowo – musimy wiedzieć, co myślimy i dlaczego, a także czego nie myślimy. Oznacza to, że musimy uporządkować swoje poglądy i zacząć myśleć jasno i klarownie, być bardziej świadomi siebie, świadomi tego, co wiemy, a czego nie wiemy. Być bardziej uczciwi wobec siebie. Inaczej mówiąc, musimy siebie poznać. Nie możemy mówić prawdy w pełniejszym sensie, dopóki siebie nie poznamy.

Teraz już powinno być jasne, że mówienie prawdy wcale nie jest łatwe – to jest naprawdę trudna umiejętność. Na ogół jesteśmy dalecy od prawdy. Może i nie kłamiemy, ale nie przedstawiamy z pewnością czystej, białej prawdy, a jedynie wszelkie odcienie szarości, czasami przechodzące w czerń. Możemy nawet powiedzieć, że niektórzy ludzie, niestety, przez całe życie ani razu nie byli zdolni do powiedzenia prawdy.

Jeśli przyjrzymy się ludziom, z którymi wchodzimy w relacje, zobaczymy, że niewielu z nich możemy powiedzieć prawdę w najpełniejszym sensie, z niewieloma możemy być naprawdę szczerzy. Bardzo często zdarza się, że nawet tym, którzy ponoć są nam najbliżsi i najdrożsi, nie możemy się zwierzyć. Bardzo często nie możemy powiedzieć prawdy ojcu czy matce, synowi czy córce, mężowi czy żonie, przyjacielowi, pracodawcy czy pracownikowi – coś nas powstrzymuje. Coś ukrywamy. To może być coś, czego w naszym odczuciu nie należy mówić albo czego nie śmiemy powiedzieć lub czego naszym zdaniem lepiej nie mówić, bo mogłoby to zranić drugą osobę. W taki czy inny sposób często przemilczamy prawdę.

Nie możemy powiedzieć prawdy, dopóki jej nie znamy, ale nawet gdy ją znamy, często się powstrzymujemy i jej nie mówimy, a przynajmniej nie mówimy całej. Kiedy występujemy jako świadek w sądzie, przysięgamy (jeśli jesteśmy buddystami, złożymy odpowiednie zapewnienie zamiast przysięgi) mówić prawdę, całą prawdę i tylko prawdę. Bardzo niewielu z nas się to uda i to tylko wobec bardzo niewielu osób.

Dlatego kiedy zdarza się nam przynajmniej raz przełamać w czyjejś obecności i powiedzieć całą prawdę, przekazać, co naprawdę wiemy i myślimy, czujemy wielką ulgę. Czasem martwimy się czymś (o zdrowie, finanse) czy niepokoimy się o kogoś. I może myśleliśmy o tej sprawie, rozważając ją na wszystkie strony przez długi czas, nie mogliśmy jednak z nikim o tym pomówić. W takiej sytuacji, niezależnie od tego, czym się martwimy, staje się to dla nas coraz większym ciężarem. Lecz jeśli pewnego dnia możemy opowiedzieć o tym, co tak długo trzymaliśmy w sobie, jeśli możemy po prostu powiedzieć to komuś – może przyjacielowi, może lekarzowi, może psychologowi – mamy wrażenie, jakby kamień spadł nam z serca i czujemy się wolni.

Możemy nawet posunąć się do stwierdzenia, że tylko wtedy rzeczywiście jesteśmy sobą, gdy mówimy prawdę w najpełniejszym sensie. Innymi słowy, wtedy dajemy wyraz temu, kim jesteśmy – i kim wiemy, że jesteśmy – a nie temu, jak nas widzą inni albo jak chcielibyśmy, żeby nas widzieli. Tym jest więc mówienie prawdy, które stanowi pierwszy poziom komunikacji, a które samo w sobie jest już trudne do osiągnięcia.

Serdeczna mowa

Nigdy nie wypowiadamy prawdy w próżni. Możemy mieć jakąś prawdę do powiedzenia, ale nie wychodzimy do ogrodu i nie mówimy jej do drzew i kwiatów – najwidoczniej nie jest to psychologicznie możliwe. Prawdę zawsze mówimy komuś. Doprowadza nas to na drugi poziom właściwej mowy, to znaczy: właściwa mowa jest serdeczna lub wyrażająca miłość. Nie znaczy to, że jest serdeczna w sensie egzaltacji czy sentymentalizmu. Jeśli ktoś mówi do nas „kochanie” czy „skarbie”, niekoniecznie wynika to z serdeczności. Istnieje wiele definicji miłości, ale w tym kontekście możemy powiedzieć, że miłość jest świadomością istnienia drugiej osoby. Dlatego kiedy opisujemy właściwą mowę jako serdeczną

i wyrażającą miłość, to mamy na myśli zwracanie się z pełną świadomością osoby, do której mówimy.

Jednak jak wielu ludzi to potrafi? Jak często ludzie mówią prawdę czy mówią z pełną świadomością osoby, do której się zwracają? Jeśli się zastanowimy, przypomnimy sobie – może nawet ku własnemu przerażeniu – że zwykle kiedy mówimy do kogoś, a nawet kiedy ktoś do nas mówi, nawet na niego nie patrzymy. Patrzymy pod siebie albo trochę w bok, albo nad jego głową. Nie patrzymy na samą osobę, z którą rozmawiamy. A ponieważ nawet na nią nie patrzymy, nie możemy być jej świadomi.

Jeśli w jakimś stopniu jesteśmy świadomi drugiej osoby, na ogół postrzegamy ją poprzez własne emocjonalne reakcje. Podobnie podchodzimy do pogody. Jeśli chcemy wyjść i świeci słońce, mówimy: „Mamy piękny dzień". Jeśli jednak rolnik z uwagi na swoje zbiory pragnie deszczu, a właśnie pada obficie, to też mówi: „Mamy piękny dzień". Tym samym nasze osądy są subiektywne.

Tak samo widzimy ludzi poprzez swoje emocjonalne reakcje na nich. Jeśli robią albo mówią to, co nam się podoba, wtedy mówimy: „Jacy dobrzy, jacy mili!". Zwykle nie docieramy do rdzenia samej osoby, ponieważ nie jesteśmy jej świadomi, nie widzimy jej takiej, jaką jest. Jeśli w ogóle się kontaktujemy, kontaktujemy się tylko z tym, co projektujemy na tę osobę. Dlatego wybucha tak wiele nieporozumień między ludźmi. Dlatego tak często rozczarowują nas osoby, które spotykamy – nawet te, które znamy od dawna. Nie jesteśmy świadomi ich samych ani nie kontaktujemy się z nimi, a tylko z projekcjami własnych emocji i umysłu.

Pożyteczna mowa

Jeśli jesteśmy naprawdę kogoś świadomi, jeśli naprawdę znamy osobę, z którą rozmawiamy, to wiemy, czego potrzebuje. To stwierdzenie wprowadza nas na trzeci poziom właściwej mowy: mówmy to, co jest pożyteczne. To, co jest pożyteczne, wspiera rozwój, szczególnie duchowy, osoby, do której mówimy; pomaga jej – używając słów z *Dhammapady* – stać się spokojną[147]. Pożyteczna mowa niekoniecznie polega na ściśle duchowym pouczeniu: nie oznacza, że należy mówić o Nirwanie, o właściwych środkach zarobkowania itp. Pozorny temat rozmowy może być

[147] *Dhammapada…*

dowolny – nie ma to większego znaczenia – ale dzięki temu, że jesteśmy świadomi drugiej osoby, że uznajemy jej potrzeby, to mówimy w sposób inspirujący i pobudzający jej rozwój. Poprzez mówienie tego, co jest pożyteczne, rozumiemy mówienie w sposób, który podnosi ludzi, a nie obniża, na skali istnienia i świadomości; inaczej mówiąc, sprawia, że mają w sobie więcej życia.

Natomiast jeśli nie jesteśmy w stanie inspirować ludzi duchowo, to przynajmniej możemy doceniać to, co pozytywne, a nie negować i krytykować. Niektórzy ludzie wywierają na nas bardzo przygnębiający wpływ: cokolwiek chcemy zrobić, zawsze znajdą powód, żeby nas zniechęcić, ostudzić entuzjazm. Powinniśmy obserwować siebie pod tym kątem i próbować stać się pozytywnymi, doceniającymi i konstruktywnymi osobami. Jakiś czas temu opowiadałem komuś o Lamie Gowindzie[148]. Zdałem sobie wówczas sprawę, że nie pamiętam takiej sytuacji, aby w czasie, gdy go znałem, Lama Gowinda był negatywnie do czegoś nastawiony albo się czemuś sprzeciwiał czy coś krytykował. Kiedykolwiek wypowiadał się o czymś, zawsze robił to w bardzo pozytywny, konstruktywny i doceniający sposób. Zatem nawet jeśli sytuacja nie wróżyła nic dobrego, jakoś potrafił zachować wobec niej pozytywne nastawienie. To bardzo rzadka cecha – powinniśmy robić, co w naszej mocy, żeby ją w sobie rozwinąć. Nawet jeśli nie możemy mówić pożytecznie do kogoś, tak by wesprzeć czy stymulować rozwój duchowy tej osoby, to przynajmniej bądźmy pozytywni, konstruktywni, doceniający, a nawet twórczy.

Jeśli ponadto możemy udzielić komuś duchowej porady (w buddyzmie zwane jest to ofiarowaniem daru Dharmy), to tym lepiej. Ale nawet wtedy takiego daru nie przekazujemy w abstrakcyjnych, chłodnych słowach, lecz tylko w kontekście prawdomówności i miłości, ponieważ jedynie wtedy udzielona wskazówka staje się naprawdę skuteczna.

Harmonijna mowa

Jeśli uświadamiamy sobie potrzeby drugiej osoby (i chcemy je zaspokoić), będziemy o niej myśleć. Myśląc o niej, mniej myślimy o sobie,

---

148 Buddyjski nauczyciel i pisarz pochodzenia niemieckiego, Lama Anagarika Gowinda (1899-1985), był autorem książek *Droga białych obłoków* i *Foundations of Tibetan Mysticism*, a także założycielem ruchu buddyjskiego Arya Maitreya Mandala.

zapominamy o sobie, tak jak na przykład robi matka opiekująca się swoim dzieckiem. To wprowadza nas na czwarty i najgłębszy poziom właściwej mowy: właściwa mowa prowadzi do zgody czy harmonii. Zgoda w tym kontekście nie oznacza tylko zgodności intelektualnej: nie jest tylko podzielaniem tych samych poglądów, wyznawaniem tej samej religii, uznawaniem tej samej filozofii czy tej samej partii politycznej. Oznacza o wiele więcej. Oznacza wzajemną uczynność prowadzącą do wzajemnej samotranscendencji[149].

Powstaje sytuacja, w której tak intensywnie myślimy o potrzebach drugiej osoby, że zapominamy o sobie; natomiast ta osoba tak bardzo myśli o naszych potrzebach, że przekracza siebie. Każda zajmuje się zatem potrzebami drugiej, zapominając o sobie. Dochodzi do wzajemności usług i pomocy, ale w kontekście stale zmniejszającego się egoizmu i stale wzrastającej bezinteresowności. Dlatego kiedy mówimy o właściwej mowie prowadzącej do zgody, mamy na myśli mowę, która zbliża ludzi, pomagając im przekraczać siebie we wzajemnej uczynności.

ŚWIADOMOŚĆ

Wspaniałą właściwością świadomości, czy uważności, jest jej zdolność do rozpuszczania naszych negatywnych emocji, a nawet wszystkiego, co w nas uwarunkowane. Można się nawet posunąć do stwierdzenia, że bez świadomości nie może istnieć praktyka duchowa. Tak wielkie jest jej znaczenie.

Zwykle o praktyce duchowej myślimy w kategoriach rozwoju, postępu, wzrostu, ewolucji. Myślimy o niej jak o czymś powolnym i stałym, czymś, co dokonuje się za pomocą ciągłych, regularnych kroków. Takie myślenie o praktyce duchowej w kategoriach stopniowej ewolucji jest całkowicie uzasadnione, w istocie bardzo pomocne. Ale możemy też myśleć o niej inaczej: jak o próbie dokonania przełomu, przedarcia się.

Takie myślenie o praktyce duchowej daje pewne korzyści. Jeśli myślimy w kategoriach dokonania przełomu, przedarcia się przez coś czy przebicia się na drugą stronę, pokazuje to jasno, że praktyka duchowa polega, przynajmniej częściowo, na nagłym przejściu z jednego poziomu

---

[149] W sensie pomocy udzielanej sobie wzajemnie w wyjściu poza własne ograniczenia, wzniesieniu się ponad siebie.

– czy wymiaru doświadczenia, czy z jednego trybu funkcjonowania – w inny. Zwraca to uwagę na fakt, że duchowe życie wymaga nie tylko wysiłku – o czym wszyscy wiemy – lecz nawet użycia siły. Pogląd, że życie duchowe wymaga użycia siły, nie wszystkim przypadnie do gustu, ale tak faktycznie jest. Oczywiście nie łączy się to z przemocą wobec innych, ale wobec siebie, czy raczej wobec pewnych aspektów własnej osobowości, które stanowią przeszkodę dla naszego rozwoju.

Przełom w uwarunkowanej egzystencji dokonuje się głównie poprzez rozwój świadomości. Świadomość, uważność, skupiona uwaga to potężne siły rozpuszczające negatywne emocje, w tym również uwarunkowania psychologiczne; w rzeczywistości są one zdolne rozpuścić wszystko w nas, co uwarunkowane. To jest tak elementarna kwestia, że możemy nawet powiedzieć, że bez świadomości praktyka duchowa nie istnieje. Ile jest świadomości, tyle będzie praktyki duchowej. Gdybyśmy chcieli posłużyć się paradoksem, moglibyśmy nawet powiedzieć, że lepiej ukraść z pełną świadomością, niż odprawić pudżę bez świadomości.

Każde nasze działanie, myśl, uczucie jest w takim stopniu duchowe, w jakim towarzyszy mu świadomość. Jeśli robimy coś świadomie, ta świadomość, jeśli jest utrzymana, wcześniej czy później pochłonie wszystko, co negatywne – wszystko, co ma posmak uwarunkowania – w naszym działaniu. Świadomość ma fundamentalne znaczenie w życiu duchowym; bez świadomości nie ma życia duchowego; bez świadomości nie nastąpi przełom w praktyce, nie przedrzemy się na drugą stronę.

MEDYTACJA

Medytacja to drugi etap potrójnej ścieżki. W medytacji rozwijamy skupienie i pozytywne stany umysłu, czyli podbudowę dla kultywowania Mądrości. Buddyjska tradycja dysponuje szeroką paletą technik medytacyjnych, służących określonym celom, i daje instrukcje, jak je wykonywać. Aby ułatwić orientację w tym medytacyjnym gąszczu, Sangharakszita szkicuje dla nas system medytacji, zestawiając praktyki odnoszące się do różnych aspektów psychiki i zaspokajające różne potrzeby związane z duchową ścieżką. Następne rozdziały traktują o możliwych w medytacji pułapkach, szczególnie o wyobcowanej świadomości, a także o medytacjach rozwijających miłość i współodczuwanie, a także o ponadnormalnych stanach świadomości, do których możemy mieć dostęp poprzez medytację. Ta część Przewodnika *kończy się opisem medytacji nad tybetańską stupą, która pomaga oczyścić naszą psychiczno-duchową energię i nakierować ją na Oświecenie.*

SYSTEM MEDYTACJI

System medytacji to seria praktyk medytacyjnych, ułożonych w określonej, narastającej kolejności i prowadzących nas krok po kroku na wyższe etapy. Istnieją cztery etapy o strategicznym znaczeniu w systemie medytacji: integracja, pozytywne emocje, duchowa śmierć oraz duchowe odrodzenie. Do każdego z etapów przypisane są odpowiednie praktyki medytacyjne. W połączeniu z praktyką samego siedzenia nadają doskonały rytm i równowagę naszej praktyce medytacyjnej: naprzemiennie kultywujemy pewne cechy i odpuszczamy jakikolwiek wysiłek, przeplatamy działanie z niedziałaniem.

Buddyzm wyrósł z medytacji; wyrósł z medytacji Buddy pod drzewem Bodhi 2 500 lat temu. A zatem wyrósł z medytacji w najwyższym znaczeniu: nie z medytacji w sensie koncentracji ani nawet z doświadczenia wyższych stanów świadomości, ale z medytacji w sensie kontemplacji, czyli z bezpośredniej, totalnej, wszechogarniającej wizji i doświadczenia ostatecznej Rzeczywistości. To jest grunt, z którego buddyzm wyrósł i z którego na przestrzeni wieków brały początek jego nowe, świeże formy.

W moim nauczaniu z wielu metod medytacji, jakie rozwinęły się w tradycji buddyjskiej, wybrałem kilka i utworzyłem coś, co można nazwać (może odrobinę na wyrost) systemem: organicznym, żywym systemem, a nie systemem martwym, mechanicznym, sztucznie stworzonym. Te ważniejsze i znane metody medytacji to: 1) uważność oddechu, 2) metta bhawana, czyli rozwijanie uniwersalnej miłości, 3) praktyka samego siedzenia, 4) praktyka wizualizacji (wizualizacja buddy lub bodhisattwy połączona z recytacją ich mantry), 5) analiza i refleksja nad sześcioma elementami (żywiołami) oraz 6) kontemplacja łańcucha nidan.

System tych pięciu podstawowych metod medytacji został przedstawiony także w książce *Meditation, Systematic and Practical*[150].

W moim systemie każda z pięciu podstawowych metod medytacji stanowi antidotum na jakąś szczególną truciznę umysłu. Medytacja nad nieczystością („medytacja zwłok”) jest antidotum na pragnienie. Metta bhawana jest antidotum na nienawiść. Świadomość, czy to procesu oddychania, czy każdej innej funkcji umysłowej czy fizycznej, jest antidotum

---

[150] C.M. Chen, *Meditation, Systematic and Practical*, wydanie prywatne, 1980, s. 121.

na wątpienie i rozproszenie umysłu. Kontemplacja łańcucha nidan – antidotum na niewiedzę. Analiza sześciu elementów jest antidotum na zarozumiałość. Jeśli pozbędziemy się tych pięciu trucizn umysłu, to pokonamy kawał drogi; będziemy bardzo blisko Oświecenia. Jednak w tym systemie relacja między praktykami jest niejako przestrzenna (wszystkie znajdują się na tym samym poziomie, ułożone jako pentada, pięć równorzędnych elementów), a nie progresywna (nie przechodzimy od jednej metody do drugiej). Potrzebujemy jednak progresywnego systemu metod medytacji, ułożonego w określonej, narastającej kolejności, która prowadzi nas naprzód krok po kroku.

Świadomość oddechu

Ten system zaczyna się od uważności oddechu. Dla wielu z nas prawdopodobnie tak wyglądał pierwszy kontakt z medytacją, a w Triratnie zwykle od tej metody rozpoczynamy naukę medytacji.

Istnieją różne powody, dla których tej właśnie medytacji uczymy w pierwszej kolejności. Jest to metoda „psychologiczna", tzn. początkujący może podejść do niej czysto psychologicznie; nie musi posiadać uprzedniej znajomości nauk buddyjskich, żeby ją praktykować.

To bardzo ważna praktyka, bowiem jest punktem wyjścia dla rozwoju uważności – uważności w odniesieniu do wszystkich codziennych aktywności. Zaczynamy od świadomości własnego oddechu, ale to tylko początek. Próbujmy rozszerzać tę świadomość, aż staniemy się świadomi wszystkich ruchów ciała i świadomi tego, co rzeczywiście robimy. Powinniśmy stać się świadomi świata wokół nas i świadomi innych ludzi. W końcu, stajemy się świadomi samej Rzeczywistości. Ale zaczynamy od świadomości oddechu.

Rozwój uważności jest istotny również z tego względu, że stanowi klucz do integracji psychicznej. I to jest główny powód, dla którego świadomość oddechu w naszych ośrodkach praktykujemy jako wstępną medytację. Kiedy przychodzimy na pierwsze zajęcia z medytacji, nie mamy prawdziwej indywidualności. Zwykle jesteśmy tylko wiązką sprzecznych pragnień, nawet wielu sprzecznych osobowości, luźno powiązanych nicią imienia i adresu. Te pragnienia i osobowości są zarówno świadome, jak i nieświadome. Nawet ograniczona uważność, którą ćwiczymy, kiedy praktykujemy świadomość oddechu, pomaga związać je razem; zacieśnia nieco sznurek, tak

że nie są luźne w środku; sprawia, że te różne pragnienia i różne „ja" stają się bardziej rozpoznawalne, dają się zidentyfikować jako wiązka.

Jeśli poprowadzimy ją dalej, praktyka uważności pomoże nam stworzyć prawdziwą jedność i prawdziwą harmonię między różnymi aspektami naszej osobowości (którymi teraz już są). Inaczej mówiąc, to poprzez uważność zaczynamy tworzyć prawdziwą indywidualność. Indywidualność jest z definicji zintegrowana; niezintegrowana indywidualność jest sprzecznością. Dopóki się nie zintegrujemy, dopóki nie wypracujemy naprawdę indywidualnej, zintegrowanej osobowości, nie spodziewajmy się prawdziwych postępów w praktyce. Nie ma prawdziwego postępu bez zaangażowania, a nie możemy się zaangażować, dopóki nie posiadamy jednej indywidualności, jednej osobowości, która by się miała zaangażować. Tylko zintegrowana osoba może się zaangażować w praktykę, ponieważ cała jej energia płynie w tym samym kierunku; jedna energia, jedno zainteresowanie, jedno pragnienie, które nie pozostają ze sobą nawzajem w konflikcie. Dlatego świadomość, uważność, na tak wielu różnych poziomach mają decydujące znaczenie – są kluczem do całej kwestii rozwoju.

Lecz istnieje niebezpieczeństwo (niebezpieczeństwa zagrażają na każdym kroku, ale tutaj, na tym stopniu, niebezpieczeństwo jest szczególnie duże). Polega ono na tym, że podczas praktyki świadomości rozwijamy tzw. wyobcowaną świadomość, która nie jest prawdziwą świadomością. Wyobcowana świadomość powstaje, kiedy jesteśmy siebie świadomi, ale siebie nie doświadczamy. Dlatego bardzo ważne jest, praktykując świadomość, uważność, aby jednocześnie nawiązywać kontakt ze swoimi emocjami, jakiekolwiek by nie były. W idealnym przypadku nawiążemy kontakt ze swoimi pozytywnymi emocjami (jeśli jakieś mamy lub możemy rozwinąć). Tymczasem może musimy nawiązać kontakt ze swoimi negatywnymi emocjami. Lepiej jest nawiązać autentyczny, żywy kontakt ze swoimi negatywnymi emocjami (co oznacza poznanie i doświadczanie ich, a nie pobłażanie im) niż pozostawać w tym stanie alienacji i w ogóle nie doświadczać emocji.

Metta bhawana

Następnie mamy metta bhawanę – uniwersalną miłość (sanskryt: maitri, pali: metta), i inne, podobne praktyki, tzn. pozostałe brahma-wihary:

karunę, muditę i upekszę (pali: upekkha), czyli kolejno: współczucie, współradość i niezachwiany spokój – oraz śraddhę (pali: saddha), wiarę[151]. Wszystkie one opierają się na metcie, bowiem metta, miłość, dobroć, życzliwość (w głębokim znaczeniu) jest podstawową pozytywną emocją. Wraz z upływem lat kontaktuję się z coraz większą liczbą członków i sympatyków buddyjskiej Wspólnoty Triratna, którą założyłem, a nawet z ludźmi spoza tego ruchu, i coraz wyraźniej dostrzegam znaczenie pozytywnych emocji w naszym życiu – czy duchowym, czy światowym. Powiedziałbym, że rozwój pozytywnych emocji, rozwój życzliwości, radości, spokoju, wiary, pogodny ducha, ma absolutnie rozstrzygające znaczenie dla rozwoju każdego z nas. To w końcu nasze emocje nas napędzają, a nie abstrakcyjne idee. To nasze pozytywne emocje pozwalają nam kroczyć dalej na duchowej ścieżce, dają nam inspirację, entuzjazm, aż do momentu, kiedy rozwiniemy Doskonałą Wizję i zaczerpniemy z niej motywację.

Dopóki nie odczuwamy pozytywnych emocji, dopóki nie mamy dużo metty, karuny, mudity, upekszy, śraddhy, nie rozwiniemy prawdziwego życia duchowego. Pozytywne emocje, w całkiem zwyczajnym sensie, stanowią siłę napędową, są krwią krążącą w żyłach Wspólnoty Buddyjskiej Triratna. A więc dla każdego z nas z osobna i dla naszych wzajemnych relacji rozwijanie pozytywnych emocji ma kluczowe znaczenie. Dlatego właśnie metta bhawana jako praktyka służąca rozwijaniu podstawowej pozytywnej emocji, metty, jest tak ogromnie ważna.

Praktyka sześciu elementów

Załóżmy, że rozwinęliśmy uważność i wszystkie pozytywne emocje, załóżmy, że jesteśmy bardzo świadomi, pozytywni, odpowiedzialni, a nawet posiadamy prawdziwie zintegrowaną indywidualność, przynajmniej z psychologicznego punktu widzenia – to jaki jest następny krok? Następnym krokiem jest śmierć! Szczęśliwa, zdrowa jednostka, którą teraz jesteś – czy byłeś – musi umrzeć. Inaczej mówiąc, samo rozróżnienie między podmiotem a przedmiotem musi zostać przekroczone; światowa indywidualność, zwyczajna osobowość, nawet najczystsza i najdoskonalsza, musi się rozpaść. Najważniejszą praktyką stosowaną w tym celu jest analiza

151 Zob. s. 65 i n.

sześciu elementów. (Sześć elementów to: ziemia, woda, ogień, powietrze, eter czy przestrzeń i świadomość).

Istnieją też inne praktyki, które pomagają nam zerwać z naszą obecną światową (nawet świadomą, nawet emocjonalnie pozytywną) indywidualnością, są to: rozważanie nietrwałości, refleksja nad śmiercią, a także medytacje śunjaty[152], łącznie z medytacją nad łańcuchem nidan. Jednak medytacje śunjaty mogą się wydać dość abstrakcyjne, by nie powiedzieć – intelektualne. Rozważanie sześciu elementów – włączając zwracanie elementów ziemi, wody, ognia itd. w nas elementom ziemi, wody, ognia itd. we wszechświecie, wyrzekanie się po kolei ziemi, wody, ognia, powietrza, przestrzeni, a nawet naszej indywidualnej świadomości – to najbardziej konkretny i najbardziej praktyczny sposób praktykowania na tym etapie. To jest kluczowa praktyka składająca kres naszemu poczuciu względnej indywidualności.

Możemy nawet powiedzieć, że praktyka sześciu elementów jest medytacją śunjaty, ponieważ pomaga nam zrozumieć pustkę naszej własnej przyziemnej indywidualności, pomaga nam umrzeć. Słowo „śunjata" tłumaczone jest na wiele sposobów. Czasem tłumaczone jest jako „pustka", czasem jako „względność"; Guenther tłumaczy je jako „nicość". Ale śunjata równie dobrze mogłaby być tłumaczona jako „śmierć", ponieważ jest to śmierć wszystkiego, co uwarunkowane. Dopiero wtedy, gdy umiera uwarunkowana indywidualność, zaczyna wyłaniać się nieuwarunkowana indywidualność – jak możemy ją nazwać. Kiedy wchodzimy coraz głębiej w medytację, często doświadczamy wielkiego lęku. Czasem ludzie cofają się przed tym lękiem, ale dobrze jest pozwolić sobie go doświadczyć. Lęk pojawia się, gdy nasze uwarunkowane „ja" odczuwa dotyk śunjaty, Rzeczywistości. Dotyk śunjaty odczuwamy jako śmierć. Faktycznie, dla uwarunkowanego „ja" to jest śmierć. Dlatego

[152] Pięć stopniowych medytacji śunjaty to: a) medytacja nad śunjatą jako nieobecnością rzeczywistej jaźni, b) medytacja nad uwarunkowanymi dharmami jako pozbawionymi cech Nieuwarunkowanego, c) medytacja nad Nieuwarunkowanym jako pozbawionym cech uwarunkowanego, d) medytacja nad pustką wszystkich rozróżnień, szczególnie między uwarunkowanym a Nieuwarunkowanym, e) medytacja nad pustką pustki. Szkoła hinajany ograniczała się do pierwszych trzech medytacji, podczas gdy mahajana stosowała wszystkie pięć. Najwyżej zaawansowani praktykujący wadżrajany czynią szczególnie wysiłki, aby urzeczywistnić piąty poziom podczas jednego życia.

uwarunkowane „ja" się boi – my się boimy. Analiza sześciu elementów i inne medytacje śunjaty to wipaśjana (pali: wipassana), czyli medytacja Wglądu, podczas gdy świadomość oddychania i metta bhawana są medytacjami typu śamatha (pali: samatha), czyli medytacjami uspokajającymi. Śamatha rozwija i oczyszcza naszą uwarunkowaną indywidualność, ale wipaśjana unicestwia tę indywidualność, czy raczej pozwala nam przejrzeć ją na wskroś[153].

Wizualizacja

Co dzieje się po śmierci światowego „ja"? Używając niezbyt tradycyjnej terminologii, można powiedzieć, że z doświadczenia śmierci światowego „ja" powstaje „ja" transcendentalne. Transcendentalne „ja" powstaje na tle nieba – pośród pustki – gdzie widzimy kwiat lotosu. Na kwiecie lotosu znajduje się ziarno w formie litery. Tę literę nazywamy mantrą bidża. Mantra bidża przekształca się w postać określonego buddy czy bodhisattwy. (Doszliśmy, oczywiście, do praktyk wizualizacji).

Postać, którą wizualizuje się przed sobą – postać buddy lub bodhisattwy, nawet ta najwznioślejsza, najcudowniejsza – jest w rzeczywistości tobą; jest nowym tobą, takim, jakim będziesz, jeśli tylko pozwolisz sobie umrzeć. Kiedy wykonujemy pełną praktykę wizualizacji, przynajmniej w pewnych formach, recytujemy przede wszystkim mantrę i medytujemy nad śunjatą: „OM swabhawaśuddhah sarwadharmah swabhawaśuddho'ham", co znaczy: „OM, wszystkie rzeczy są z natury czyste; ja też z natury jestem czysty". Tutaj czysty znaczy pusty, oczyszczony z wszystkich pojęć, oczyszczony ze wszelkiego uwarunkowania, ponieważ nie możemy się odrodzić, jeśli nie przejdziemy przez śmierć. Mówiąc nieco eliptycznie, nie ma wadżrajany bez mahajany, a mahajana to jana (ścieżka) śunjaty, doświadczenie śunjaty. Dlatego mój stary przyjaciel i nauczyciel, Mister Czen, pustelnik tradycji czan w Kalimpongu, zwykł mówić: „Bez doświadczenia śunjaty, wizualizacje wadżrajany są tylko pospolitą magią".

Istnieje wiele różnych rodzajów praktyki wizualizacji, wiele różnych poziomów praktyki, wielu różnych buddów, bodhisattwów, daków,

---

153 Więcej o śamacie i wipaśjanie, zob. *Dhyana For Beginners*, [w:] *A Buddhist Bible*, gdzie terminy te tłumaczone są jako „zatrzymanie się" i „uświadomienie sobie".

dakiń, dharmapali[154], których można wizualizować. Praktyki najczęściej wykonywane w Triratnie związane są z Śakjamunim, Amitabhą, Padmasambhawą, Awalokiteśwarą, Tarą, Mandziughoszą, Wadżrapanim, Wadżrasattwą i Pradżniaparamitą. Każdy członek Triratny ma swoją własną praktykę wizualizacji razem z przynależną jej mantrą, które otrzymał w czasie ordynacji, czyli przyjęcia do Wspólnoty. Osobiście chciałbym, żeby wszyscy bardziej doświadczeni członkowie Triratny dobrze znali przynajmniej dwie lub trzy różne rodzaje praktyki wizualizacji.

Ogólne znaczenie praktyki wizualizacji ujawnia się ze szczególną wyrazistością w sadhanie Wadżrasattwy. Wadżrasattwa to budda pojawiający się w formie bodhisattwy. Jest biały: biel oznacza oczyszczenie. Oczyszczenie polega na zrozumieniu, że w ostatecznym sensie nigdy nie staliśmy się nieczyści: jesteśmy czyści od początku, czyści od początku niemającego początku, czyści z natury, czyści w swej istocie; w głębi swojej istoty jesteśmy wolni od wszelkiego uwarunkowania albo raczej jesteśmy wolni od samego rozróżnienia między uwarunkowanym a Nieuwarunkowanym i dlatego jesteśmy samą pustką. Dla każdego człowieka wychowanego w kulturze obciążonej poczuciem winy, jak nasza zachodnia, takie stwierdzenie jest z pewnością wielkim objawieniem – ogromnym, pozytywnym szokiem.

Wadżrasattwa związany jest też ze śmiercią: nie tylko ze śmiercią duchową, ale też fizyczną. To się łączy z tematyką *Tybetańskiej księgi umarłych*[155]. W języku tybetańskim księga umarłych nazywa się *bardo thodol*, co oznacza „wyzwolenie przez słyszenie w stanie pośrednim" (to znaczy przez słyszenie

---

[154] Daka (forma męska) i dakini (forma żeńska) wywodzą się z sanksryckiego rdzenia oznaczającego kierunek, przestrzeń, niebo. Dakowie i dakinie to „chodzący po niebie" czy „chodzący w przestrzeni". Pusta przestrzeń symbolizuje brak przeszkód, swobodę ruchu. Dakowie i dakinie cieszą się taką swobodą. Niebo reprezentuje umysł w jego absolutnym sensie, a więc dakowie i dakinie reprezentują to, co porusza się swobodnie w umyśle: energię samego umysłu. W tym sensie reprezentują potężną energię wznoszącą się z głębi umysłu. Ikonografia wadżrajany przedstawia wiele form daków i dakiń (szczególnie tych ostatnich). Dharmapala znaczy dosłownie „strażnik, obrońca Dharmy". W tybetańskich mandalach postacie dharmapali niezmiennie przedstawia się jako potężnej postury i w gniewnym aspekcie, strzegące bram świętego kręgu w punktach kardynalnych i zapobiegające wtargnięciu wrogich sił. Ogromne figury dharmapali pełniące tę samą funkcję znajdują się na terenie świątyń tuż ze wejściem.

[155] Zob. przypis 82.

instrukcji lamy, który siedzi przy naszym niegdysiejszym ciele i wyjaśnia, co się z nami dzieje w stanie pośrednim po śmierci). Stan pośredni, to stan między fizyczną śmiercią a fizycznym odrodzeniem. Sama medytacja też jest stanem pośrednim, ponieważ kiedy medytujemy – w prawdziwym sensie – umieramy. W ten sam sposób śmierć fizyczna jest stanem medytacyjnym, stanem wymuszonej medytacji, wymuszonego samadhi. W obu pośrednich stanach – tym między śmiercią a odrodzeniem, a tym który pojawia się w medytacji – możemy widzieć buddę i bodhisattwów, a nawet mandale buddów i bodhisattwów. Nie znajdują się oni na zewnątrz nas, stanowią manifestację naszego własnego prawdziwego umysłu, manifestację dharmakai, zatem możemy utożsamić się z nimi i w ten sposób odrodzić się duchowo w transcendentalnym stanie istnienia. Jeśli nie powiedzie się nam takie utożsamienie, to odradzamy się po prostu w zwykłym sensie – wpadamy znowu w stare, uwarunkowane „ja".

Cztery etapy

Mam nadzieję, że teraz wyraźnie zarysowuje się nam cały system medytacji. Krótko zreasumuję raz jeszcze jego cztery wielkie etapy. Pierwszym wielkim etapem jest etap integracji. To pierwsza rzecz, jaką musimy zrobić, gdy chodzi o medytację. Integrację osiągamy głównie przy pomocy praktyki świadomości oddychania oraz ogólnie przy pomocy uważności i świadomości. Na tym etapie rozwijamy zintegrowaną osobowość, zintegrowane „ja".

Drugi wielki etap jest etapem pozytywnych emocji. Osiąga się go głównie przez rozwijanie metty, karuny, mudity i tak dalej. Tutaj zintegrowane „ja" podnoszone jest na wyższy, bardziej subtelny, a jednocześnie potężniejszy poziom, który symbolizuje piękny, kwitnący, biały lotos.

Następnie mamy trzeci wielki etap – śmierć duchową. Osiągamy go głównie przy pomocy analizy i refleksji nad sześcioma elementami, ale też poprzez rozważanie nietrwałości, rozważanie śmierci i medytacje śunjaty. Tutaj przejrzeliśmy na wskroś swoje „ja" i doświadczamy pustki, doświadczamy śunjaty, doświadczamy śmierci duchowej.

Jako czwarty występuje etap duchowego odrodzenia. Osiąga się go poprzez praktykę wizualizacji i recytację mantry. Pomocna jest też abstrakcyjna wizualizacja (wizualizacja form geometrycznych i liter). Taki w ogólnym zarysie jest system medytacji.

Ale może się zastanawiamy, jak to wszystko ma się do wstąpienia do Triratny, do tzw. ordynacji? W którym momencie powstaje bodhiczitta? A co z praktyką samego siedzenia? Omówię każdą z tych kwestii.

Po pierwsze, gdzie jest miejsce ordynacji, wstąpienia do wspólnoty buddyjskiej w tym systemie? Ordynacja oznacza pójście po Schronienie. Pójście po Schronienie oznacza zaangażowanie. Zaangażowanie możliwe jest na różnych poziomach. Teoretycznie biorąc, można stać się członkiem Wspólnoty, nigdy wcześniej nie praktykując medytacji, jednak powiedziałbym, że w praktyce jest to niezwykle mało prawdopodobne (o ile wiem, jeszcze się nie zdarzyło). Nie można się zaangażować i poświęcić praktyce – a właśnie to oznacza ordynacja – o ile nie jest się dość zintegrowanym. W innym wypadku dzisiaj się angażujemy, jutro wycofujemy swoje zaangażowanie, ponieważ nie byliśmy zaangażowani całym sobą. Nie można także się zaangażować, dopóki nie mamy wystarczająco pozytywnych emocji; inaczej co miałoby podtrzymywać naszą praktykę? Do zaangażowania potrzebny też jest drobny przebłysk Doskonałej Wizji, a przynajmniej jakieś odbicie przebłysku Doskonałej Wizji. Ten przebłysk – czy odbicie przebłysku – nie wystarczy, żebyśmy się stali wchodzącymi w strumień, niemniej jednak jest potrzebne. Dlatego pełne członkowstwo w Triratnie wydaje się przypadać gdzieś między drugim a trzecim głównym etapem medytacji. Można powiedzieć, że następuje, gdy zaczynamy właśnie wchodzić w trzeci etap, etap śmierci duchowej, albo kiedy jesteśmy przynajmniej otwarci na możliwość doświadczenia duchowej śmierci. (To, oczywiście, zgodne jest ze ścieżką regularnych kroków; a jak pamiętamy, jest także ścieżka nieregularnych kroków[156]).

Po drugie, w którym momencie powstaje bodhiczitta? Bodhiczitta oznacza „wolę Oświecenia". Nie chodzi o egoistyczną wolę, a bardziej o aspirację wykraczającą ponad i poza nasze zwykłe aspiracje. Może powstać dopiero, gdy zostawiliśmy za sobą indywidualność (w zwykłym sensie). Bodhiczitta jest aspiracją osiągnięcia Oświecenia dla dobra wszystkich (tak na ogół się to formułuje). Więc to nie tak, że istnieje „prawdziwa indywidualność" pragnąca osiągnąć Oświecenie dla dobra „prawdziwych innych". Bodhiczitta powstaje poza „ja" i poza „innymi" – chociaż nie bez „ja" i „innych". Powstaje, kiedy światowe „ja" przejrzeliśmy już na wskroś,

---

156 Zob. s. 150 i n.

ale zanim naprawdę wyłoniło się transcendentalne „ja". Powstaje, kiedy nie pragniemy już Oświecenia dla (tak zwanego) „ja", ale jeszcze nie poświęciliśmy się w pełni osiągnięciu go dla (tak zwanych) „innych". Dlatego bodhiczitta powstaje między trzecim a czwartym etapem, między etapem duchowej śmierci a etapem duchowego odrodzenia. Bodhiczitta jest nasieniem duchowego odrodzenia. Prywatna ordynacja jest niejako zapowiedzią pojawienia się bodhiczitty. Osoba podchodząca do prywatnej ordynacji[157] otrzymuje mantrę. Mantra jest tutaj nasieniem nasienia bodhiczitty. W końcu, kiedy zostaliśmy przyjęci do Wspólnoty, odchodzimy od grupy, porzucamy świat, jeśli nie w fizycznym, to przynajmniej w psychologicznym sensie umieramy dla grupy i aspirujemy do Oświecenia. I niewątpliwie aspirujemy nie tylko dla własnego dobra, ale ostatecznie dla dobra wszystkich. Nic więc dziwnego, że czasami w trakcie ordynacji może się pojawić przynajmniej niewyraźny odblask bodhiczitty.

Po trzecie, co z praktyką samego siedzenia[158]? Trudno jest tu coś dodać ponad to, iż „kiedy tylko siedzimy, to po prostu tylko siedzimy". Można jeszcze dodać, że jest czas, kiedy tylko siedzimy i jest czas, kiedy nie tylko siedzimy. Czas, kiedy nie tylko siedzimy, jest wtedy, kiedy praktykujemy inną medytację. Nie tylko siedzimy, gdy praktykujemy świadomość oddechu, metta bhawanę, analizę sześciu elementów itd. Wszystkie te pozostałe medytacje wymagają świadomego wysiłku. Ale trzeba uważać, żeby ten świadomy wysiłek nie stał się zbyt wymuszony, abyśmy nie medytowali na siłę, forsowali się. Dla przeciwdziałania tej tendencji możemy praktykować samo

---

157 Społeczność Buddyjska Triratna to szersze grono sympatyków oraz przyjaciół (mitrów), a Wspólnota Buddyjska Triratna to rdzeń tej społeczności stowarzyszającej osoby poświęcone praktyce Dharmy całym sercem (choć żyjące, mieszkające i pracujące w najróżniejszy sposób). Przyjęcie do Wspólnoty odbywa się w trakcie ceremonii tzw. ordynacji, która podobnie jak w pozostałych tradycjach buddyjskich składa się z dwóch elementów: prywatnej ordynacji (symbolizującej tutaj odejście od funkcjonowania jako członek grupy) oraz publicznej ordynacji, czyli pełnoprawnego przyjęcia do Wspólnoty. Jak same te nazwy wskazują, prywatna ordynacja to spotkanie osoby przystępującej do ordynacji oraz jej preceptora (duchowego nauczyciela lub „mentora"), a ceremonia ordynacji publicznej odbywa się zwykle niedługo potem w szerszym gronie buddystów tradycji Triratna, a niekiedy również uczestniczą w niej również rodzina, znajomi itd. osoby ordynowanej – przyp. red.

158 Po angielsku nazwa tej praktyki brzmi *just sitting*, co można przetłumaczyć jako „samo siedzenie", „po prostu siedzenie" lub „tylko siedzenie" – przyp. red.

siedzenie. Inaczej mówiąc, samo siedzenie praktykujemy pomiędzy innymi medytacjami. Jest okres aktywności (podczas którego praktykujemy, powiedzmy, świadomość oddechu albo metta bhawanę), a później okres pasywności, okres otwartości. W ten sposób stosujemy naprzemiennie: aktywność – pasywność – aktywność – pasywność – i tak dalej; świadomość oddechu – samo siedzenie – metta bhawana – samo siedzenie – analiza sześciu elementów – samo siedzenie – wizualizacja – samo siedzenie. Możemy w ten sposób postępować cały czas, utrzymując doskonały rytm i równowagę w praktyce medytacji: łapiemy i puszczamy, chwytamy i otwieramy się, działamy i nie działamy. W ten sposób osiągamy doskonale zrównoważoną praktykę medytacji i system medytacji staje się kompletny.

PIĘĆ PODSTAWOWYCH METOD MEDYTACJI

W tradycji buddyjskiej jest pięć podstawowych ćwiczeń medytacyjnych, a każde z nich jest antidotum na jedną z „pięciu trucizn" w umyśle. Uważność oddechu jest antidotum na truciznę rozproszenia, a rozwijanie uniwersalnego współodczuwania zapobiega truciźnie gniewu. Istnieją różnorakie formy medytacji na nietrwałość, śmierć i nieczystość, a wszystkie one stanowią antidotum na truciznę pożądania; medytacja sześciu żywiołów zapobiega zarozumiałości, a na koniec medytacja nidan przynosi odtrutkę na duchową ignorancję.

W tradycji buddyjskiej jest pięć podstawowych ćwiczeń medytacyjnych, a każde z nich jest antidotum na jedną z „pięciu trucizn" (rozproszenie, gniew, żądza, zarozumiałość i niewiedza).

Rozproszenie

Pierwszą trucizną jest rozproszenie, czyli skłonność umysłu do przeskakiwania z jednej rzeczy na drugą. Mówimy czasem, że niektórzy ludzie przeskakują z kwiatka na kwiatek, mając na myśli, że nawet na chwilę nie są w stanie skupić się na jednej rzeczy. Jak w słynnym wersecie T. S. Eliota – przez nieuwagę wpadamy z rozproszenia w roztargnienie[159]. Tak można by podsumować współczesne życie – każdego dnia, każdego tygodnia toczy się stały proces, polegający na tym, że w swym roztargnieniu wpadamy z roztargnienia w roztargnienie. Antidotum na ten stan

159 Oryg.: […] *distracted from distraction by distraction* – przyp. red.

rzeczy, a przynajmniej na stan umysłu, jest świadomość oddechu. Skupienie na procesie oddychania przeciwdziała wszelkiemu rozproszeniu umysłu.

Gniew

Drugą z pięciu trucizn jest gniew. Antidotum na gniew również jest całkiem proste: to metta bhawana, rozwijanie uniwersalnej miłości – piękna praktyka, która dla tak wielu z nas stanowi wielkie wyzwanie. Mnóstwo osób wie z własnego doświadczenia, przynajmniej od czasu do czasu, że tę konkretną negatywną emocję (gniew) można rozbroić za pomocą tej praktyki – zamierzonego, świadomego rozwijania miłości i życzliwości w stosunku do wszystkich żyjących istot. A zatem truciznę gniewu usuwa się poprzez rozwijanie uniwersalnej miłości.

Pożądliwość

Po trzecie, pożądliwość. W pewnym sensie jest to wręcz kwintesencja trucizny. To nie tylko pragnienie, ale neurotyczne pragnienie. Za przykład weźmy jedzenie, najzwyklejsze jedzenie. Wszyscy pragniemy jedzenia i cieszymy się nim, co jest całkiem normalne i zdrowe. Ale pragnienie jedzenia staje się neurotyczne, kiedy próbujemy jedzeniem zastępczo zaspokajać jakąś inną potrzebę mentalną lub emocjonalną. Ostatnio właśnie czytałem sprawozdanie autora piszącego dla czasopism dla dziewcząt. Mówi on, iż wiele czytelniczek pisało, że w obliczu problemów emocjonalnych czują niepohamowany pociąg do słodyczy. To jest pragnienie neurotyczne, czyli pożądliwość.

Jak często widzimy, pożądliwość stanowi duży problem, szczególnie w ostatnich czasach. Powstał ogromny przemysł nastawiony wyłącznie na pobudzanie pożądliwości. Chodzi oczywiście o przemysł – czy jakkolwiek byśmy tego nie nazwali – reklamowy. Ma on na celu przekonanie nas, za naszą wiedzą lub bez niej, że „musimy" mieć to czy tamto. W związku z tym można powiedzieć, że praca w reklamie jest jednym z najbardziej nieetycznych zawodów.

Pożądliwość można wykorzenić przy pomocy różnych praktyk. O tym, jak wielkim jest ona problemem, świadczy liczba tych praktyk. Niektóre są dość drastyczne. Na przykład kontemplacja dziesięciu etapów rozkładu

ciała, to nadal popularna praktyka w niektórych krajach buddyjskich. Mówi się, że jest szczególnie skuteczna jako antidotum na pożądanie seksualne, inaczej mówiąc, na neurotyczne pragnienie seksualne.

Jeśli nie potrafimy pójść na całego, istnieje łagodniejsza wersja tej praktyki: medytacja na miejscu kremacji. W Indiach, jak wiemy, zwykle ciała zamiast grzebać, poddaje się kremacji; dla tego celu wydzielony jest specjalny obszar zwany miejscem kremacji lub paleniskiem – często na brzegu rzeki. Zaleca się, żeby pójść tam nocą samemu, posiedzieć i pomedytować. Mogę was zapewnić, że miejsca kremacji nie zawsze są przyjemne, przynajmniej za dnia. Walają się tam fragmenty zwęglonych kości i ubrań, a w powietrzu unosi się odór palonego ludzkiego mięsa. Ale to może być ciekawa, przynosząca spory pożytek, a nawet, rzekłbym, że radosna i działająca ożywczo praktyka.

Sam doświadczyłem tego wiele lat temu na brzegu rzeki Ganges, niedaleko od Lucknow. Znajdowała się tam piękna połać srebrnego piasku używana jako miejsce kremacji. W czasie pełni księżyca wszystko całkowicie okrywała srebrna poświata i gdzieniegdzie na piasku można było dostrzec małe kopczyki w miejscach, gdzie wcześniej odbywały się kremacje. Wokół leżały rozrzucone kawałeczki kości i fragmenty czaszek. Było tak bardzo cicho i spokojnie, że miałem poczucie oddalenia od świata. W doświadczeniu tym nie znajdowałem niczego przygnębiającego; wręcz przeciwnie – było ożywcze. Czułem się, jak już powiedziałem, oddalony od wszystkiego, prawie tak, jakby już odbyła się moja własna kremacja. Interesujący w związku z tym jest zwyczaj, że kiedy hinduista staje się ortodoksyjnym sannjasinem, odprawia ceremonię pogrzebową, pozorując własną kremację. Chodzi o to, że kiedy ktoś staje się sannjasinem i porzuca świat, umiera dla społeczeństwa i nie istnieje już dla świata. To jest ostatnia rzecz, jaką robi przed przywdzianiem żółtej szaty. To skojarzenie śmierci z wyrzeczeniem się i wykorzenieniem wszystkich światowych pragnień reprezentuje tę samą ideę.

Jeśli nawet okazjonalna wizyta na cmentarzu to zbyt wiele na nasze nerwy (a może to być zbyt wiele dla całkiem sporej grupy ludzi) i chcemy jeszcze łagodniejszej formy tego samego rodzaju praktyki, możemy po prostu medytować nad śmiercią: że śmierć jest nieunikniona, że przychodzi do każdego we właściwym czasie i że nikt nie może od niej uciec. Skoro musi przyjść, dlaczego nie wykorzystać swojego życia najlepiej, jak

się da? Dlaczego poświęcać swoje życie na nic niewarte cele? Dlaczego pogrążać się w marnych pragnieniach, które na dłuższą metę nie przynoszą żadnego zadowolenia i szczęścia? W ten sposób medytujemy nad śmiercią. To jest antidotum na wszelkie pożądanie, czy to dóbr materialnych, czy sukcesu, czy przyjemności.

Możemy również medytować nad nietrwałością: że wszystko jest nietrwałe, że nic nie trwa wiecznie (czy to układ słoneczny, czy nasz własny oddech), że z chwili na chwilę wszystko się zmienia. Pamiętamy, że wszystko odejdzie, jak chmury płynące po niebie. Ta medytacja ma ten sam ogólny skutek, jak inne praktyki, o których wspomniałem: zapobiega kurczowemu trzymaniu się rzeczy, kiedy wiemy, że prędzej czy później trzeba będzie je porzucić.

Istnieje też innego rodzaju praktyka. Polega ona na kontemplowaniu tak zwanej obrzydliwości jedzenia. Nie będę się nad nią rozwodził, bowiem jest dość nieprzyjemna i to rozmyślnie. Ale ta praktyka nadaje się bardzo dla dziewcząt neurotycznie uzależnionych od słodyczy.

Z różnych praktyk przeciwdziałających pożądliwości powinniśmy wybrać ćwiczenie odpowiadające naszym potrzebom. Jeśli czujemy, że pożądanie jest bardzo silne i naprawdę mocno nas trzyma, to za wszelką cenę zaciśnijmy zęby, idźmy na miejsce kremacji i jeśli możemy znaleźć zwłoki lub coś przypominającego o śmierci, nawet jeśli to tylko kilka kości, rozmyślajmy nad śmiercią. Niektórzy ludzie oswajają się z tą ideą, otaczając się czaszkami i kośćmi.

Nie ma powodu, żeby się bać. W moim mieszkaniu przy Highgate mam wypolerowany stary puchar z kości. Pewnego dnia pewna kobieta wstąpiła na herbatę i spytała, czy posiadam jakieś tybetańskie przedmioty. Powiedziała, że uwielbia wszystko, co tybetańskie, więc zapytałem ją: „Czy chciałaby pani to zobaczyć?" – i położyłem puchar na jej ręce. Niemal go odrzuciła, jakby parzył. Powiedziała: „Och, przecież to czaszka!". Odrzekłem: „Oczywiście: Tybetańczycy zawsze ich używają". Tybetańczycy wręcz lubują się w takich przedmiotach. Podoba im się wszystko, co jest zrobione z ludzkiej kości albo ludzkiej czaszki. Lubią różańce zrobione z kawałków ludzkiej kości, lubią trąbki z kości udowej i lubią puchary z czaszek. Jest tak dlatego, że mają całkiem naturalne, zdroworozsądkowe podejście do śmierci. Nie myślą, jak my, że jest w tym coś chorobliwego czy makabrycznego. Wielu z nas zostało wychowanych w tradycji chrześcijańskiej, w której

na słowo „śmierć" ciarki przechodzą po plecach. Ale to nie jest buddyjskie podejście. Śmierć jest czymś tak naturalnym, jak życie. W związku z tym często cytuję słowa wielkiego współczesnego poety bengalskiego, Tagore: „Wiem, że będę kochał śmierć, ponieważ kochałem życie"[160]. On widzi życie i śmierć jako dwie strony tej samej rzeczy, więc i my, kochając życie, pokochamy śmierć. To paradoksalne, ale prawdziwe.

Zarozumiałość

Czwartą trucizną, czasem tłumaczoną jako duma, jest zarozumiałość (sądzę, że zarozumiałość to lepsze tłumaczenie). Wszyscy znamy zarozumiałość z własnego doświadczenia, więc nie ma potrzeby wiele o niej mówić. Doświadczamy jej, kiedy czujemy się oddzieleni od innych; i nie tylko oddzieleni, ale odizolowani; i nie tylko odizolowani, lecz lepsi od nich.

Antidotum na truciznę zarozumiałości stanowi medytacja nad sześcioma elementami (lub żywiołami). Sześć elementów to: ziemia, woda, ogień, powietrze, eter albo przestrzeń (sanskryt: akaśa) i świadomość.

Jak wykonywać tę medytację? Najpierw medytujemy nad ziemią. Myślimy:

> W moim ciele fizycznym jest stały element – ziemia – w postaci ciała, kości […]. A skąd on pochodzi? Pochodzi z elementu ziemi we wszechświecie, ze stałej materii we wszechświecie. Kiedy umrę, co się stanie? Moje ciało, kości itd., rozpadną się i wrócą do elementu ziemi we wszechświecie. „Z prochu powstałeś, w proch się obrócisz!".

Myślimy i rozważamy w ten sposób – chociaż jest to tylko zarys o wiele bardziej rozbudowanej medytacji. Następnie rozważamy element wody we swoim ciele fizycznym:

> Jest we mnie krew, pot, łzy itd. To jest element wody. Skąd pochodzi ten element wody we mnie? Nie jest mój; tak naprawdę nie należy do mnie. Pochodzi z wody wokół mnie: z deszczu, z mórz, ze strumieni. Pewnego dnia będę go musiał oddać z powrotem. Pewnego dnia płynny element we mnie wpłynie z powrotem do płynnego elementu we wszechświecie.

---

[160] R. Tagore, *Gitanjali (Song Offerings)*, MacMillan Paperback, London 1986, nr 95, s. 87.

Następnie medytujemy nad elementem ognia (jeszcze subtelniejszym). Myślimy:

> Jest we mnie gorąco, jest ciepło. Skąd pochodzi? Co jest wielkim źródłem gorąca dla całego układu słonecznego? Słońce. Bez słońca cały układ słoneczny byłby zimny i ciemny. A więc ciepło we mnie pochodzi właśnie z tego źródła. A kiedy umrę, co się stanie? Ciepło, które jest jedną z ostatnich rzeczy, jakie opuszczają ciało, wycofa się z moich członków, aż w końcu pozostanie tylko ciepły punkt na czubku głowy. Kiedy zniknie, będę martwy. Element ciepła we mnie powróci do rezerwuaru ciepła i światła dla całego wszechświata.

Tak medytujemy nad elementem ognia, rozmyślając nad tym, że on też został pożyczony na jakiś czas i musi zostać zwrócony. Później myślimy o powietrzu.

> Czym jest element powietrza we mnie? To powietrze w moich płucach. Biorę je i oddaję w każdej chwili. W rzeczywistości nie należy do mnie. Żaden element nie należy do mnie. W przypadku oddechu, nabieram go za każdym razem tylko na kilka chwil. Pewnego dnia zrobię wdech, potem wydech, potem znów wdech i wydech…, a potem już nie wezmę wdechu. Będę musiał oddać swój oddech raz na zawsze. Będę martwy. Wtedy mój oddech nie będzie należał do mnie, a więc naprawdę nie należy do mnie nawet teraz.

Potem medytujemy nad eterem, czyli przestrzenią. Rozważamy:

> Moje ciało fizyczne zajmuje pewną przestrzeń. Ale kiedy to ciało się rozpadnie, co stanie się z tą ograniczoną przestrzenią, jaką dawniej zajmowało? Połączy się z nieskończoną przestrzenią wokół lub, inaczej mówiąc, zniknie.

A następnie co się stanie ze świadomością? Rozważamy:

> Obecnie moja świadomość związana jest z ciałem fizycznym i z przestrzenią zajmowaną przez to ciało. Kiedy to ciało przestanie istnieć, a przestrzeń, jaką dawniej zajmowało, połączy się z nieskończoną przestrzenią, co stanie się z tą ograniczoną świadomością? Stanie się nieograniczona. Stanie się wolna. Kiedy umrę fizycznie, doświadczę tylko przez chwilę nieograniczonej

> świadomości. Kiedy umrę duchowo, moja świadomość ostatecznie przekroczy wszelkie ograniczenia i doświadczę całkowitej wolności.

W ten sposób medytujemy nad świadomością.

To jest tylko streszczenie, ale może nam dać pewne pojęcie o tym, jak się medytuje nad sześcioma elementami ziemi, wody, ognia, powietrza, eteru i świadomości. Medytując w ten sposób, stosujemy antidotum na truciznę zarozumiałości. Stopniowo oddzielamy się od materialnego ciała składającego się z mniej subtelnych elementów, od przestrzeni zajmowanej przez to ciało i od ograniczonej świadomości połączonej z tym ciałem i z tą przestrzenią. W ten sposób stajemy się całkowicie wolni: stajemy się oświeceni.

Niewiedza

Piątą trucizną jest trucizna niewiedzy. W tym kontekście oznacza ona duchową niewiedzę, czyli nieświadomość Rzeczywistości w znaczeniu podstawowego zanieczyszczenia umysłu. Antidotum na niewiedzę jest medytacja nad ogniwami (nidanami) uwarunkowanego powstawania. Istnieje ich dwadzieścia cztery: dwanaście światowych, należących do cyklicznego porządku istnienia, i dwanaście duchowych, należących do duchowego porządku istnienia. Podczas gdy pierwszych dwanaście reprezentuje koło życia, następnych dwanaście reprezentuje etapy ścieżki. Pierwszy ciąg odpowiada reaktywnemu umysłowi, drugi kreatywnemu umysłowi.

To jest pięć podstawowych medytacji: świadomość oddechu – antidotum na truciznę rozproszenia; rozwijanie uniwersalnej miłości – antidotum na truciznę gniewu; różne formy medytacji nad nietrwałością, śmiercią czy nieczystością, jako antidotum na truciznę pożądania; medytacja nad sześcioma elementami – antidotum na zarozumiałość i medytacja nad nidanami, jako antidotum na niewiedzę duchową.

ŚWIADOMOŚĆ WYOBCOWANA I ŚWIADOMOŚĆ ZINTEGROWANA

Wyobcowana świadomość, czyli stan, kiedy jesteśmy świadomi, ale przestajemy doświadczać swoich uczuć i emocji, to manowce, na których możemy się pogubić, zbaczając ze ścieżki duchowej. W przeciwieństwie do stanu

wyobcowania, zintegrowana świadomość to świadomość siebie połączona z jednoczesnym żywym doznaniem, doświadczaniem siebie. Aby uniknąć przykrych i niebezpiecznych konsekwencji powstania wyobcowanej świadomości, kluczową sprawą jest, abyśmy doświadczali swojego ciała, dopuścili stłumione emocji oraz nauczyli się myśleć za siebie.

Co to jest świadomość wyobcowana? Z czego wyobcowana? Co to jest świadomość zintegrowana? Z czym zintegrowana? Jeśli uda nam się odpowiedzieć na te pytania, rozróżnienie między świadomością wyobcowaną a zintegrowaną stanie się zrozumiałe.

W skrócie można powiedzieć, że nasza świadomość jest wyobcowana, kiedy jesteśmy świadomi siebie, ale jednocześnie nie doświadczamy siebie, szczególnie nie doświadczamy swoich uczuć i emocji. W skrajnej formie świadomość wyobcowana to świadomość braku doznania czy doświadczania siebie, a nawet świadomość, że „mnie tu nie ma", mimo że to zakrawa na paradoks. Oczywiście, taki stan jest niebezpieczny. Wyobcowanej świadomości mogą towarzyszyć różne symptomy fizyczne, a szczególnie ostre, wręcz straszliwe bóle głowy. Stają się one tym bardziej prawdopodobne, jeśli rozmyślnie wzmacniamy wyobcowaną świadomość, mylnie sądząc, że praktykujemy uważność. (Nie twierdzę, oczywiście, że wszystkie bóle głowy pojawiające się w trakcie medytacji powoduje wyobcowana świadomość).

Zintegrowana świadomość, z drugiej strony, to świadomość siebie połączona z jednoczesnym żywym doznaniem, doświadczaniem siebie. Doznawać siebie możemy albo pozytywnie, albo negatywnie; możemy mieć pozytywny albo negatywny stan umysłu. Ale jeśli jesteśmy w negatywnym stanie, prędzej czy później ta negatywność rozpuści się dzięki temu, że jej doświadczamy i że jesteśmy jej świadomi.

Zatem wyobcowana świadomość to świadomość, której obce jest doznawanie siebie, a szczególnie doświadczanie własnych emocji; zintegrowana świadomość to taka świadomość, której integralną częścią jest doświadczanie, doznanie siebie, a szczególnie doznawanie emocji. Teraz rozróżnienie między wyobcowaną a zintegrowaną świadomością powinno być, przynajmniej w teorii, zrozumiałe.

Trzy poziomy doświadczenia i świadomości

Może jednak niektórym z nas ciągle trudno jest rozpoznać w swoim doświadczeniu to rozróżnienie. Zatem podejdźmy do tej sprawy w nieco inny sposób, stosując kategorie trzech poziomów albo trzech stopni.

Pierwszy poziom to poziom doświadczania bez świadomości. Przez większość czasu żyjemy w takim stanie. Czujemy się szczęśliwi lub smutni, doświadczamy bólu albo radości, miłości lub nienawiści, ale naprawdę nie wiemy, nie uświadamiamy sobie, że ich doświadczamy. Nie ma świadomości, tylko samo doznanie albo uczucie. Zatracamy się w doświadczeniu. Zapominamy się, na przykład, kiedy ogarnia nas złość. Kiedy złość już nam przeszła, wracamy do siebie, przyglądamy się szkodom, jakie wyrządziliśmy, i mówimy: „Nie wiedziałem, co robię. Nie byłem sobą. Zapomniałem się". Inaczej mówiąc, kiedy utożsamialiśmy się z tą emocją, kiedy byliśmy przez nią opanowani, wręcz opętani, nie posiadaliśmy świadomości. Na tym pierwszym poziomie pojawiają się zatem doświadczenia – jest ich pod dostatkiem – ale nie towarzyszy im świadomość.

Drugim poziomem jest poziom świadomości bez doświadczenia, świadomość wyobcowana. Niejako cofamy się o krok i patrzymy na siebie i to, czego doświadczamy, jak gdybyśmy tego nie doświadczali, ale jakby działo się to gdzieś na zewnątrz. Zatem tak naprawdę nie doświadczamy tego, co się w nas dzieje. Nie czujemy naszych uczuć: kochamy, ale nie kochamy naprawdę, nienawidzimy, ale nie nienawidzimy naprawdę. Utrzymujemy dystans i obserwujemy swoje doświadczenie tą wyobcowaną świadomością.

Trzeci poziom to doświadczenie plus świadomość, czyli świadomość zintegrowana. Tutaj, poprzez sam fakt, że doświadczamy świadomości zintegrowanej, doświadczenie emocjonalne jest zazwyczaj pozytywne, a nie negatywne. Mamy doświadczenie, ale mamy także świadomość przesycającą to doświadczenie lub nawet z nim identyczną. Świadomość i doświadczenie stały się jednym. Można powiedzieć, że świadomość daje doświadczeniu jasność, podczas gdy doświadczenie daje świadomości substancję. Świadomość i doświadczenie zlewają się w całość i nie da się określić między nimi granicy, rozdzielając na doświadczenie z jednej strony, a na świadomość z drugiej. Jesteśmy całkowicie pogrążeni w emocji, tzn. doświadczamy jej, ale jednocześnie razem z nią, nieróżna od niej,

jest świadomość. To jest o wiele wyższy stan, trudny do zrozumienia, jeśli samemu się go nie doświadczyło. To nie tyle świadomość doświadczenia, co świadomość z doświadczeniem. To świadomość w doświadczeniu, a nawet świadomość p o ś r ó d doświadczenia.

A zatem te trzy poziomy to: 1) doświadczanie bez świadomości, co jest naszym zwykłym stanem, 2) świadomość bez doświadczania, czy zasadniczo bez doświadczania, co jest stanem, w którym możemy się znajdować, kiedy wkroczyliśmy na duchową ścieżkę i trochę się na niej pogubiliśmy, oraz 3) świadomość z doświadczaniem, doświadczanie ze świadomością, zlewające się ze sobą w pięknej harmonii.

Jak powstaje świadomość wyobcowana? Jak to się dzieje, że nie doświadczamy siebie? Można powiedzieć, że w pewnym stopniu wpływa na to czas, w jakim przyszło nam żyć, szczególnie na Zachodzie. Często mówi się nam, że żyjemy w epoce przejściowej. Rzeczywiście, to prawda. Czasem nie zdajemy sobie sprawy z tego, jak nagłe, wręcz gwałtowne (ale też jak potencjalnie cenne) jest to przejście. Wiele dawnych wartości rozpada się. Nie jesteśmy już tak pewni, co jest słuszne, a co nie. Nie wiemy, jak powinniśmy żyć i jaką przyjąć w życiu rolę. W ten sposób słabnie nasze poczucie tożsamości i w rezultacie panuje powszechny niepokój.

Ale nie chcę tutaj wyolbrzymiać znaczenia czasów, w jakich żyjemy; wolę przyjrzeć się bliżej niektórym bardziej bezpośrednim czynnikom przyczyniającym się do powstania wyobcowanej świadomości. Mówiłem w innym miejscu o trzech poziomach świadomości siebie: świadomości ciała, świadomości uczuć i emocji oraz świadomości myśli. W ten sam sposób możemy mówić o trzech poziomach doświadczania siebie, a nawet – o trzech poziomach niedoświadczania siebie.

Trzy poziomy doświadczania i niedoświadczania siebie

Po pierwsze, nie doświadczamy ciała. Wynika to z kilku powodów. Jednym z najważniejszych jest niechęć doświadczania wrażeń cielesnych, szczególnie wrażeń związanych z seksem. Taka niechęć często wiąże się z niewłaściwym wychowaniem we wczesnym okresie życia. Na przykład niektórzy ludzie są wychowywani w przekonaniu, że ciało jest w jakiś sposób wstydliwe, a przynajmniej nie tak szlachetne czy godne szacunku, jak umysł. Podobnie niektórym osobom wpojono przekonanie,

że odczucia seksualne są grzeszne. Wszelkie takie przekonania i odczucia są dziedzictwem chrześcijaństwa. Chociaż pod wieloma względami wyrośliśmy z chrześcijaństwa, a przynajmniej wyrośliśmy z chrześcijańskich dogmatów i nadzoru kościelnego, to te postawy nadal pozostają bardzo rozpowszechnione i wyrządzają wiele szkody. Jedną z największych zasług Wilhelma Reicha było zbadanie tego tematu dogłębnie i jasne wykazanie, że hamowanie w dzieciństwie przyjemnych wrażeń cielesnych może doprowadzić u dorosłych do wyniszczającego negowania ich wszystkich sił witalnych[161].

Po drugie, nie doświadczamy uczuć i emocji. Dochodzi do tego w różny sposób. Na przykład zostaliśmy wychowani w przekonaniu, że pewne emocje, a szczególnie negatywne, są złe i nie należy im ulegać. Może uczono nas, że złość jest zła. Wychowani w ten sposób, czujemy się winni, jeśli z jakiegoś powodu zdarzy się nam rozzłościć. Nawet jeśli jesteśmy źli, czasem próbujemy udawać, że nie jesteśmy. Nie chcemy się przed sobą przyznać, że ogarnęła nas złość. Inaczej mówiąc, tłumimy to uczucie: nie chcemy go doświadczać i schodzi ono do podziemia.

Może też się zdarzyć, że doświadczamy jakiejś emocji, ale ktoś, kto jest dla nas autorytetem, mówi nam, że w rzeczywistości jej nie doświadczamy. Może jako małe dziecko nie lubiliśmy swojej siostrzyczki – rodzinna sytuacja, jakich wiele. Jednak matka lub ojciec mówią: „Oczywiście, że ją lubisz. Lubisz ją, ponieważ jest twoją siostrzyczką". W tej sytuacji nie wiemy, co jest właściwe: doświadczamy uczucia, ale mówi się nam, że go nie doświadczamy. Nawet nie, że nie powinniśmy doświadczać tego uczucia, ale że go nie doświadczamy.

Inny przykład: matka mówi małemu chłopcu, że na pewno nie boi się ciemności, ponieważ „odważni chłopcy nigdy nie boją się ciemności". Chcąc uchodzić za odważnego chłopca, dziecko próbuje ukryć swój lęk i go tłumi. Przestaje doświadczać świadomie swego lęku, choć może się on ujawniać w snach czy koszmarach. Co więcej, chłopcu czasem może

---

161 W. Reich (1897-1957), wiedeński psycholog, który lecząc pacjentów, koncentrował się raczej na ich ogólnej strukturze charakteru niż na symptomach indywidualnych. Wśród jego prac były: *Funkcja orgazmu*, tłum. N. Szymańska, J. Santorski & Co Agencja Wydawnicza, Warszawa 1996; *Character Analysis (1945)*, tłum. Th. P. Wolfe, Vision 1958, w której przedstawił swoją teorię, że pacjenci budują to, co nazywa on „pancerzem charakteru", jako obronę przed odkryciem własnych, ukrytych neuroz.

się wyrwać: „Chcę zabić tatę”. Ale matka mówi: „Nie, nie chcesz. Nikt nie chciałby nigdy zabić taty”. Albo mały chłopiec czy mała dziewczynka nie lubi ciemnego chleba, ale matka mówi: „Oczywiście, że lubisz ciemny chleb. Lubisz go, ponieważ jest zdrowy”. W każdym z tych przypadków pojawia się w dziecku dezorientacja, której następstwem jest stłumienie i dziecko staje się wyobcowane ze swoich uczuć.

Skutki tego mogą utrzymywać się przez całe życie. I nie tylko utrzymywać, ale być silnie wzmacniane przez inne źródła. Kiedy jesteśmy trochę starsi, np. w wieku dojrzewania, możemy stwierdzić, że nie lubimy chodzić na imprezy, ale wmawiamy sobie, że lubimy, ponieważ wszyscy – tak sobie mówimy – lubią na nie chodzić. Na innej płaszczyźnie odkrywamy, że nie jesteśmy w najmniejszym stopniu poruszeni dziełem słynnego artysty – jego praca jest nam obojętna. Ale nasi co inteligentniejsi przyjaciele są bardzo poruszeni jego dziełem i bardzo się nim ekscytują. A więc my także musimy się nim emocjonować, chociaż osobiście możemy uważać dzieło za żałosne. Nie ma potrzeby mnożyć przykładów. Rezultat końcowy jest taki, że w większym lub mniejszym stopniu stajemy się wyobcowani z naszych uczuć i emocji.

Po trzecie, nie doświadczamy myśli. Tutaj chodzi nie tyle o to, że nie doświadczamy swoich myśli, ale o to, że nie mamy żadnych myśli. Dzieje się tak dlatego, że w dzisiejszych czasach z różnych stron – od rodziców, nauczycieli, z różnych mediów itp. – dowiadujemy się, co powinniśmy myśleć. Nie chodzi mi o zwykłe karmienie informacjami czy faktami – chodzi o coś całkiem innego. Różni ludzie i instytucje przekazują sądy wartościujące: mówią nam, że „to jest słuszne”, a „to jest złe”, że „tak jest dobrze”, a „tak jest źle” i tak dalej. Gazety, radio czy telewizja dają nam bardzo wybiórcze, tendencyjne informacje. Decydują za nas o wielu rzeczach, ale rzadko jesteśmy świadomi, jak to robią, a nawet, że to robią.

Po tym pobieżnym przeglądzie wiemy już, w jakim stanie znajduje się większość z nas. Jesteśmy wyobcowani: wyobcowani ze swojego ciała, z uczuć, emocji i z myśli. Do tego stanu doprowadzeni zostaliśmy przez świat, epokę, społeczeństwo, rodziców i nauczycieli. Przyczyniliśmy się też do tego sami – kontynuując ich dzieło. Nie doświadczamy siebie. Musimy naprawdę rozpoznać ten mechanizm, zaakceptować i pogodzić się z nim. Możemy to porównać z górą lodową: ponad powierzchnię wody wystaje tylko wierzchołek góry lodowej, podczas gdy większa część znajduje się

poniżej. Podobnie nasza jaźń jest względnie rozległa, jak góra lodowa zanurzona pod wodą, lecz ta część nas, której doświadczamy, której pozwalamy sobie doświadczać, którą pozwala się nam doświadczać, jak szczyt góry lodowej jest względnie mała, a w niektórych przypadkach znikoma.

Będąc w tym stanie wyobcowania, niektórzy z nas wchodzą w kontakt z buddyzmem. Dowiadujemy się o przeróżnych wspaniałych rzeczach, włącznie z uważnością. To, czego uczymy się o uważności, zdaje się sugerować, że mamy zachowywać dystans do siebie, szczególnie do swoich negatywnych emocji i nie doświadczać niczego; musimy tylko obserwować siebie, jakbyśmy obserwowali kogoś innego. Oczywiście, ta nauka robi na nas wielkie wrażenie, ponieważ w tym wyobcowanym stanie zdaje się nam, że to jest właśnie coś dla nas. Zaczynamy zatem praktykować uważność – albo to, co wydaje się nam uważnością. Dystansujemy się od swoich myśli, od uczuć; wypychamy je „na zewnątrz" i tylko na nie patrzymy. W rezultacie, w dziewięciu przypadkach na dziesięć, po prostu wzmacniamy swoje doświadczenie wyobcowanej świadomości.

Uczymy się innych pożytecznych rzeczy z buddyzmu. Dowiadujemy się, że pragnienie, gniew i lęk to stany niezręczne. (Mówi się nam, że mamy nazywać je „niezręcznymi stanami", nie „grzechami", ponieważ w buddyzmie nie ma grzechów, chociaż wydają się tak samo złe, jak grzechy, jeśli nie o wiele gorsze). Słyszymy, że musimy pozbyć się tych niezręcznych stanów. Słysząc to, *wydaje nam się*, że jesteśmy zadowoleni – bo na tym etapie nie potrafimy naprawdę *czuć się* zadowoleni. Wydaje nam się, że jesteśmy zadowoleni, ponieważ możemy nadal zamiatać te wszystkie emocje pod dywan, udając, że ich nie ma. To również wzmacnia naszą wyobcowaną świadomość.

Jeszcze później, kiedy czytamy o buddyzmie, natykamy się na doktrynę anatmana (pali: anatta), naukę o braku „ja". Na tym etapie, jeśli mamy szczęście, jakiś uśmiechnięty wschodni mnich mówi nam, że według buddyzmu „ja" jest czystą iluzją. Mówi, że gdybyśmy tylko mogli widzieć jasno, dostrzeglibyśmy, że „ja" po prostu nie ma. Mówi nam, iż popełniamy wielki błąd, myśląc, że mamy „ja". Również i ta nauka nam się podoba. Przemawia do nas, ponieważ wskutek praktykowania tak zwanej uważności, czujemy się odrealnieni. W tym odrealnieniu zaczyna się nam wydawać, jakbyśmy zaczęli rozumieć prawdę anatmana. Inaczej mówiąc, zaczynamy wierzyć, że osiągnęliśmy transcendentalny

Wgląd. Ten sam uśmiechnięty wschodni mnich, ponieważ nic nie wie o pomyłkach, jakie mogą popełniać ludzie Zachodu, może zachęcać nas, żebyśmy tak myśleli. Skutek jest taki, że stajemy się jeszcze bardziej wyobcowani. Tutaj problem polega nie na tym, że sama nauka jest zła, ale że źle ją stosujemy lub czasem źle stosują ją wschodni nauczyciele, nawet mieszkający na Zachodzie, nieobeznani z zachodnią psychiką. Nauka jest metafizycznie prawdziwa: w sensie metafizycznym nie ma indywidualnego „ja". My jednak nie traktujemy jej metafizycznie. Rozumiemy ją psychologicznie, w ten sposób wyrządzając sobie szkodę.

A więc czasem w buddyjskich kręgach rozwija się dziwna pseudoduchowość. Ludzie są tam, ogólnie rzecz biorąc, dość świadomi: cicho zamykają drzwi, a jeśli dzień jest deszczowy, wycierają nogi przed wejściem do domu. Nie złoszczą się, a przynajmniej nie okazują tego. Są bardzo opanowani i bardzo cisi. Ale wszystko w tym jest jakby martwe, ludziom brak życia. Stłumili w sobie energię życiową i rozwinęli chłodną wyobcowaną świadomość. Nie rozwinęli prawdziwej zintegrowanej świadomości łączącej świadomość, energię życiową i żywotność.

Rozwijanie świadomości zintegrowanej

Narzuca się więc inne pytanie: jak można rozwinąć świadomość zintegrowaną? Aby rozwinąć zintegrowaną świadomość, musimy przede wszystkim zrozumieć, przynajmniej teoretycznie, co się stało; musimy zrozumieć różnicę między świadomością wyobcowaną a świadomością zintegrowaną. Musimy wrócić do punktu wyjścia i naprawić szkody, jakie sobie wyrządziliśmy albo jakie nam wyrządzono. Musimy pozwolić sobie doświadczać siebie samych. Jeśli kiedyś zapuściliśmy się w tę ślepą uliczkę, jeśli rozwinęliśmy w sobie w poważnym stopniu wyobcowaną świadomość, to musimy wrócić do punktu wyjścia i nauczyć się doświadczać siebie. Musimy nauczyć się doświadczać własne ciało, własne stłumione uczucia i emocje, nauczyć się myśleć, myśleć za siebie, i obstawać przy tym.

To nie będzie łatwe, szczególnie dla ludzi w stosunkowo podeszłym wieku, ponieważ niektóre uczucia tkwią bardzo głęboko i trudno jest je wydobyć. Może nawet potrzebna nam będzie pomoc terapeuty czy psychologa. Może nawet czasem będziemy musieli pofolgować swoim

uczuciom, wyrazić je na zewnątrz. Powoli i świadomie je uwolnić, pozwolić sobie je doświadczać, pozostając ich świadomymi w czasie tego doświadczania.

Postępując w taki sposób, ponownie doświadczymy siebie. Doświadczymy całych siebie pod każdym względem; doświadczymy tak zwanego dobra i tak zwanego zła, tak zwanej zacności, moralności i tak zwanej bezecności, niemoralności – wszystkiego jako jednej, żywej całości, którą jesteśmy. Kiedy tak się stanie, kiedy naprawdę doświadczymy siebie w całości i żywotnie, wtedy będziemy mogli praktykować uważność, ponieważ wreszcie praktyka uważności i świadomości stanie się autentyczna – stanie się zintegrowaną lub integralną świadomością.

CZTERY BRAHMA-WIHARY

Pierwszą z czterech brahma-wihar jest maitri (pali: metta), czyli miłość. Buddyzm zaleca określone ćwiczenia i praktyki służące rozwojowi maitri, która jest niezmiernie pozytywną emocją. Zwykle definiuje się ją jako przemożne życzenie szczęścia i powodzenia skierowane ku innym. Nie jest to emocja, którą albo mamy, albo nie, lecz coś, co można systematycznie rozwijać poprzez praktykę medytacyjną, podobnie jak współczucie, współodczuwanie radości oraz spokojną równowagę umysłu. Wszystkie te cztery pozytywne emocje razem składają się na brahma-wihary, czyli „boskie siedziby".

Maitri

Pierwszą z czterech brahma-wihar jest maitri (pali: metta), czyli miłość. Sanskryckie słowo „maitri" wywodzi się od słowa „mitra", co znaczy „przyjaciel". Zgodnie z tekstami buddyjskimi maitri to miłość, jaką czuje się do najbliższego przyjaciela. Słowa „przyjaciel" i „przyjaźń" nie mają dziś tak silnego wydźwięku, jak kiedyś, a przyjaźń uważa się za słabe uczucie, ale na Wschodzie rozumie się ją inaczej. Tam maitri, czyli przyjaźń, jest silną i pozytywną emocją, zwykle określaną jako przemożne pragnienie szczęścia i pomyślności dla drugiej osoby – nie tylko w sensie materialnym, ale także duchowym.

Buddyjska literatura i buddyjskie nauki raz po raz nakłaniają nas, abyśmy do wszystkich żyjących istot rozwijali to samo uczucie przyjaźni, jakie mamy dla bliskich przyjaciół. Uczucie to ujmuje zwrot „Sabbe satta

sukhi hontu", czyli „Oby wszystkie istoty były szczęśliwe!", który wyraża płynące z serca życzenie wszystkich buddystów. Jeśli naprawdę żywimy to serdeczne uczucie, nie tylko o nim myśląc, ale doświadczając go, wtedy odczuwamy maitri.

W buddyzmie rozwój maitri nie pozostawia się przypadkowi. Niektórzy uważają, że albo żywimy miłość do innych, albo nie, a jeśli nie, to trudno, nic się na to nie poradzi. Ale buddyzm widzi to inaczej. W buddyzmie istnieją określone ćwiczenia, określone praktyki służące rozwijaniu maitri, czyli miłości, które nazywamy metta bhawana (lub maitri bhawana). Ci, którzy je wykonywali, wiedzą, że nie są one łatwe. Niełatwo jest rozwijać miłość, ale jeśli wytrwamy i jeśli się nam uda, będzie to dla nas bardzo cennym doświadczeniem.

Karuna

Po drugie, karuna (sanskryt i pali), czyli współczucie. Współczucie jest oczywiście blisko związane z miłością. Mówi się, że miłość zmienia się we współczucie, kiedy jesteśmy skonfrontowani z cierpieniem kochanej osoby. Jeśli kogoś kochasz i nagle widzisz, jak cierpi, twoja miłość od razu przekształca się w przemożne współczucie. Według buddyzmu karuna, czyli współczucie, jest najbardziej duchowym ze wszystkich uczuć i jest to emocja, która szczególnie charakteryzuje wszystkich buddów i bodhisattwów.

Jednakże niektórzy bodhisattwowie są szczególnym ucieleśnieniem współczucia, na przykład Awalokiteśwara, „pan, który spogląda w dół (ze współczuciem)", jest głównym ucieleśnieniem współczucia czy archetypu współczucia, wśród bodhisattwów. Awalokiteśwara ma wiele różnych form. Jedną z najbardziej interesujących jest ta z jedenastoma głowami i tysiącem ramion, która choć może wyglądać dla nas dość dziwacznie, z symbolicznego punktu widzenia robi duże wrażenie. Jedenaście głów wyobraża fakt, że współczucie patrzy we wszystkich jedenastu kierunkach przestrzeni, czyli we wszystkich możliwych kierunkach, podczas gdy tysiąc ramion wyobraża nieustanną współczującą aktywność.

Istnieje interesująca opowieść[162] o tym, jak powstała ta szczególna forma – ta opowieść nie jest tylko mitologią, lecz opiera się na faktach

---

[162] G. Wangyal, *The Door of Liberation*, Lotsawa, California 1978.

psychologii duchowej. Powiedziane jest, że dawno, dawno temu Awalokiteśwara kontemplował udręki żyjących istot. Kiedy patrzył na świat, widział ludzi cierpiących na wiele różnych sposobów: jedni umierali przedwczesną śmiercią z powodu ognia, zatonięcia okrętu czy egzekucji, inni cierpieli męki żałoby, straty, choroby, pragnienia i głodu. Jego serce wezbrało wielkim współczuciem, które stało się tak nieznośnie intensywne, że jego głowa rozpadła się na kawałki. W istocie rozpadła się na jedenaście kawałków, które stały się jedenastoma głowami patrzącymi w jedenastu kierunkach przestrzeni. I pojawiło się tysiąc ramion, żeby pomagać tym wszystkim cierpiącym istotom. A zatem ta bardzo piękna koncepcja jedenastogłowego i tysiącramiennego Awalokiteśwary jest próbą wyrażenia istoty współczucia czy ukazania, jak współczujące serce odczuwa smutki i cierpienie świata.

Inną piękną postacią bodhisattwy ucieleśniającego współczucie, tym razem w żeńskiej formie, jest Tara, której imię oznacza zbawicielkę lub gwiazdę. Piękna legenda opowiada, jak zrodziła się z łez Awalokiteśwary, kiedy płakał nad smutkami i nieszczęściami świata[163].

Może nam się wydaje, że te legendy są tylko zwykłymi opowieściami, a co bardziej intelektualnie wyrobieni pewnie się uśmiechną pod nosem, ale nie są to tylko opowieści ani nawet przypowieści. Mają rzeczywiste, głębokie, symboliczne, nawet archetypowe znaczenie i obrazują, wyrażają w bardzo konkretnej formie naturę współczucia.

W mahajanie, czyli buddyjskiej nauce „wielkiej drogi", do współczucia przywiązuje się najwyższe znaczenie. W jednej z sutr mahajany Budda mówi, że bodhisattwę, czyli tego, kto aspiruje do stanu buddy, nie należy uczyć zbyt wielu rzeczy. Jeśli uczy się on tylko współczucia, poznaje tylko współczucie, to całkiem wystarczy. Nie musi znać się na uwarunkowanym współtworzeniu lub madhjamice, jogaczarze czy abhidharmie, a nawet na Ośmiorakiej Ścieżce. Jeśli bodhisattwa zna tylko współczucie, ma serce przepełnione jedynie współczuciem, to wystarczy. W innych tekstach Budda mówi, że jeśli mamy tylko współczucie dla cierpienia innych żyjących istot, to we właściwym czasie rozwiną się też w nas wszystkie inne pozytywne duchowe cechy charakteru i osiągnięcia, przyjdzie nawet samo Oświecenie.

---

163 Część przytoczonej wyżej opowieści, patrz przyp. 22.

Ilustruje to pochodząca ze współczesnej Japonii poruszająca opowieść o młodym człowieku, wielkim utracjuszu. Po tym jak dobrze się bawiąc, wydał wszystkie pieniądze, był bardzo rozgoryczony i miał wszystkiego dość, włączając siebie. W tym nastroju uznał, że może zrobić jeszcze tylko jedną rzecz – wstąpić do klasztoru zen i zostać mnichem. To była jego ostatnia deska ratunku. W rzeczywistości nie chciał zostać mnichem, ale nie miał żadnej innej możliwości. Zatem udał się do klasztoru zen. Przypuszczam, że klęczał przed bramą w śniegu przez trzy dni, bo ponoć kandydaci na mnichów musieli klęczeć w ten sposób. Aż w końcu opat zgodził się go przyjąć. Był to ponury starzec. Wysłuchał wszystkiego, co miał mu do powiedzenia młody człowiek, sam nie mówiąc wiele, a kiedy ten skończył, rzekł: „Hm, dobrze… Czy jest coś, w czym jesteś dobry?”. Młody człowiek zastanowił się i powiedział: „Tak, jestem niezły w szachach”. Opat wezwał swojego asystenta i polecił mu przyprowadzić pewnego mnicha. Mnich przybył. Był to stary człowiek, który został wyświęcony przed wielu laty. Następnie opat powiedział do asystenta: „Przynieś mój miecz”. Asystent przyniósł miecz i położył go przed opatem. Wtedy opat powiedział do młodego człowieka i starego mnicha: „Zagracie teraz w szachy. Temu, kto przegra, tym mieczem obetnę głowę”. Popatrzyli na niego i zrozumieli, że mówi poważnie. Młody człowiek zrobił pierwszy ruch. Stary mnich, który był niezłym graczem, zrobił swój. Młody człowiek zrobił następny, to samo stary mnich. Wkrótce młody człowiek poczuł, jak pot spływa mu po plecach aż do stóp. A więc skoncentrował się, włożył całego siebie w tę grę i udało mu się odeprzeć atak starego mnicha. Głęboko odetchnął z ulgą: „No, idzie mi nieźle!”. Ale właśnie wtedy, kiedy był pewny wygranej, spojrzał w twarz starego mnicha. Jak powiedziałem, był on starym człowiekiem i przez wiele lat mnichem – może przez dwadzieścia lub trzydzieści, a może nawet przez czterdzieści lat. Przeszedł wiele cierpień, wiele umartwień. Bardzo dużo medytował. Jego twarz była wychudzona, poorana bruzdami, surowa. Młody człowiek nagle pomyślał: „Byłem wielkim utracjuszem! Z mojego życia nie ma pożytku dla nikogo. Ten mnich prowadził takie dobre życie, a teraz czeka go śmierć”. Podniosła się w nim fala wielkiego współczucia. Bardzo było mu żal starego mnicha, który grał swoją partię na rozkaz opata, ale teraz został pokonany

i będzie musiał umrzeć. Jego serce wezbrało ogromnym współczuciem i pomyślał: „Nie mogę na to pozwolić". Rozmyślnie zrobił błędny ruch. Mnich zrobił ruch. Młody człowiek umyślnie zrobił drugi błędny ruch i było jasne, że przegrywa i nie jest w stanie odzyskać swojej pozycji. Ale nagle opat wywrócił szachownicę, mówiąc: „Nikt nie wygrał, nikt nie przegrał". Następnie rzekł do młodego człowieka: „Nauczyłeś się dziś dwóch rzeczy: koncentracji i współczucia. Ponieważ nauczyłeś się współczucia – nadajesz się".

Podobnie jak sutry mahajany, ta opowieść uczy, że wszystko, czego potrzebujemy, to współczucie. Młody człowiek prowadził żałosne, rozrzutne życie, ale ponieważ był zdolny do współczucia, wciąż jeszcze tliła się dla niego nadzieja. Był nawet gotów oddać swoje życie niż pozwolić mnichowi poświęcić swoje – w głębi serca tego pozornie bezwartościowego człowieka było tyle współczucia. Opat dostrzegł to wszystko. Pomyślał: „Mamy tu przyszłego bodhisattwę" – i stosownie postąpił.

Mudita

Po trzecie, mudita (sanskryt i pali), czyli współodczuwanie radości. Jest to szczęście, jakie czujemy z powodu szczęścia innych ludzi. Jeśli widzimy, że inni ludzie są szczęśliwi, powinniśmy też czuć się szczęśliwi, ale niestety, nie zawsze tak jest. Pewien cynik powiedział, że odczuwamy skrytą satysfakcję z powodu nieszczęścia naszych przyjaciół[164]. Bardzo często naprawdę tak się dzieje. Następnym razem, gdy ktoś ci powie o pechu, jaki go spotkał, obserwuj własną reakcję. Zazwyczaj zauważysz, choćby przez chwilę, dreszczyk satysfakcji, po którym przychodzi konwencjonalna reakcja, tuszująca tę pierwszą, prawdziwą. Takie sytuacje się zdarzają. Można je wyeliminować za pomocą świadomości, a także starając się cieszyć szczęściem innych ludzi. Ogólnie rzecz biorąc, możemy powiedzieć, że radość jest typowo buddyjską emocją. Jeśli nie jesteśmy naprawdę szczęśliwi i radośni, przynajmniej czasami, to co z nas za buddyści?

---

164 Edmund Burke użył podobnego powiedzenia, ale możliwe, że zapożyczył je od Montaigne'a, który powiedział: „Pośród współczucia, czujemy w sobie jakieś słodko-gorzkie ukłucie złośliwej radości z powodu nieszczęścia innych" (*Essays*, Book 3, rozdz. 1).

Upeksza

Czwarta brahma-wihara to upeksza (pali: upekkha). Upeksza to wyciszenie albo, mówiąc prościej, spokój. Zwykle postrzegamy spokój jako coś negatywnego, jako brak hałasu czy zamieszania, np. kiedy mówimy: niech mnie zostawią w spokoju. Ale prawdziwy spokój jest bardzo pozytywny. Jest nie mniej pozytywny niż miłość, współczucie albo radość, a nawet zgodnie z tradycją buddyjską bardziej od nich pozytywny. Upeksza nie jest jedynie brakiem, nieobecnością czegoś, ale jakością i stanem samym w sobie. To pozytywny, intensywny stan, o wiele bliższy stanowi błogości niż temu, co zwykle rozumiemy poprzez spokój.

DHJANY

Dhjany to wyższe lub nadnormalne stany świadomości – stany świadomości ponad i poza stanami naszego zwykłego umysłu w stanie czuwania. Są czymś całkowicie naturalnym i dostęp do nich stoi dla nas otworem poprzez medytację. Wyróżnia się cztery dhjany świata formy i cztery dhjany bezforemne. Przedstawiają one sobą stopniowo coraz wyższe etapy rozwoju psychicznego i duchowego oraz narastający stopień subtelności i czystości umysłu.

Sanskryckie słowo „dhjana" (pali: dżhana) wywodzi się z rdzenia czasownika „dhjai", który znaczy „myśleć o", „wyobrażać sobie", „kontemplować", „medytować nad", „przypominać sobie", „wspominać". Z czasem termin ten przybrał całkiem inne znaczenie i sądzę, że dr Marion Matics trafił w dziesiątkę, stwierdzając, że celem dhjany jest „przejście przez drzwi umysłu w inne sfery doświadczenia niż te, które oferują zwykłe zdolności myślenia i percepcji zmysłowej"[165]. To jest dobra ogólna definicja. Dwa drugorzędne znaczenia dhjany to: 1) niewrażliwość lub otępienie – niewrażliwość szczególnie w odniesieniu do percepcji zmysłowej, co mistycyzm chrześcijański czasem nazywa świętą niewrażliwością i 2) wyobrażenie w umyśle atrybutów oświeconej buddyjskiej postaci, np. w praktyce wizualizacji.

---

[165] M.L. Matics, *Entering the Path of Enlightenment*, Allen & Unwin, London 1970, s. 67.

Można uznać, że dhjana obejmuje dwie rzeczy: wyższe lub nadnormalne stany świadomości – stany świadomości ponad i poza stanami naszego zwykłego umysłu w stanie czuwania – oraz różne praktyki prowadzące do doświadczenia tych wyższych stanów świadomości.

W tradycji buddyjskiej istnieje wiele list opisujących różne poziomy lub różne wymiary wyższej świadomości. Przyjrzyjmy się teraz dwóm listom obejmującym cztery dhjany świata formy i cztery dhjany bezforemne.

Cztery dhjany świata formy

Zwykle wymienia się cztery dhjany, ale czasem jest ich pięć. To przypomina nam, że nie powinniśmy traktować tych klasyfikacji zbyt dosłownie. Cztery dhjany reprezentują coraz wyższe etapy rozwoju psychicznego i duchowego będące ciągłym, stale rozwijającym się procesem.

Tradycyjnie cztery dhjany opisuje się na dwa sposoby: po pierwsze posługując się językiem analizy psychologicznej i ukazując, jakie czynniki psychologiczne są obecne w każdym z tych wyższych stanów świadomości. Po drugie, posługując się językiem obrazów. A zatem najpierw opiszemy cztery dhjany w kategoriach analizy psychologicznej, a potem w kategoriach obrazów.

Rozpatrywane w kategoriach analizy psychologicznej doświadczenie pierwszej dhjany charakteryzuje się nieobecnością negatywnych emocji, takich jak pożądanie, awersja, lenistwo i otępienie, wzburzenie i niepokój oraz wątpienie; inaczej mówiąc – pięciu przeszkód umysłu. Jeśli nie powstrzymaliśmy, nie pohamowaliśmy wszystkich negatywnych emocji, jeśli znajdują się one w stanie zawieszenia, jeśli umysł, przynajmniej tymczasowo, nie jest wolny od pięciu przeszkód umysłu i od lęku, gniewu, zazdrości, niepokoju, wyrzutów sumienia, poczucia winy, to nie możemy wejść w wyższe stany świadomości. A zatem jeśli chcemy poważnie praktykować medytację, to przede wszystkim musimy nauczyć się hamować, przynajmniej tymczasowo, najbardziej rażące przejawy wszystkich tych negatywnych emocji.

Dhjana, w sensie doświadczania nadświadomych stanów, jest stanem naturalnym. W idealnym przypadku, gdy tylko siądziemy do medytacji, gdy tylko zamkniemy oczy, powinniśmy od razu wejść w dhjanę. To powinno być tak proste i naturalne. Gdybyśmy prowadzili prawdziwie

ludzkie życie, tak by się działo. Medytując, powinniśmy kierować całą energię i wytężony wysiłek nie ku osiągnięciu dhjany, lecz ku usunięciu przeszkód, które uniemożliwiają nam uzyskanie tego stanu. Jeśli udałoby się nam usunąć te przeszkody, popłynęlibyśmy na pełnych żaglach w pierwszą dhjanę.

Pierwsza dhjana charakteryzuje się koncentracją i zjednoczeniem całej psychologicznej energii człowieka. Nasza energia jest zwykle rozproszona, rozłożona na wiele obiektów; wycieka w różnych kierunkach i marnuje się; jest zablokowana. Ale kiedy podejmujemy praktykę medytacji, ulega połączeniu: energia, która była zablokowana, odblokowuje się; ta, które się marnowała, przestaje się marnować. Nasza energia łączy się, koncentruje, jednoczy, płynie jednym strumieniem. Energia płynąca jednym strumieniem jest charakterystyczna dla pierwszej dhjany (właściwie jest charakterystyczna w narastającym stopniu dla wszystkich czterech dhjan).

Koncentracji i zjednoczenia energii całej naszej istoty doświadczamy w pierwszej dhjanie jako coś niezwykle przyjemnego, wręcz błogiego. Te przyjemne wrażenia są dwojakiego rodzaju: występują jako aspekt czysto umysłowy i jako aspekt fizyczny. Aspekt fizyczny często opisuje się jako uniesienie (sanskryt: pryti). Przejawia się on na różne sposoby. Na przykład włosy mogą nam stanąć dęba. Niektórzy ludzie podczas medytacji mogą zacząć gwałtownie szlochać. To też jest przejaw uniesienia na poziomie fizycznym i jest to dobry, zdrowy i pozytywny przejaw, chociaż po pewnym czasie mija.

W pierwszej dhjanie pojawia się też w niewielkim stopniu dyskursywne myślenie. W pierwszą dhjanę możemy wejść, kiedy powstrzymamy wszystkie negatywne emocje, zjednoczymy energię, doświadczając różnych przyjemnych wrażeń mentalnych i fizycznych, wciąż jednak pozostaje w niej śladowe myślenie dyskursywne, choćby tylko dotyczące samej medytacji. Jednak wrażeń tych nie jest na tyle dużo, żeby zakłóciły koncentrację. Po pewnym czasie możemy mieć poczucie, że ta aktywność umysłu odsuwa się na peryferie naszej świadomości, choć wciąż pozostaje obecna.

W drugiej dhjanie dyskursywne myślenie zanika. Wygasa stopniowo wraz z narastającą koncentracją. Dlatego druga dhjana jest stanem bez myśli. Słysząc o stanie bez myśli, często odczuwamy strach. Wyobrażamy sobie, że kiedy nie ma myśli, to niemalże przestajemy istnieć

– może wpadamy w rodzaj transu, a nawet w śpiączkę. Trzeba podkreślić, że w drugiej dhjanie po prostu nie ma myśli dyskursywnych i skojarzeń: jesteśmy w pełni świadomi, czujni, całkowicie przytomni. Cała nasza świadomość, cała nasza istota wznosi się na wyższy poziom, mamy jaśniejszy umysł, nasze postrzeganie staje się świeższe. Chociaż zanika dyskursywna aktywność umysłu, chociaż umysł nie jest już w tym znaczeniu aktywny, wciąż doświadczamy jasnego, czystego, przytomnego stanu świadomości.

W drugiej dhjanie energia psychiczna staje się jeszcze bardziej skoncentrowana i zjednoczona, dzięki czemu przyjemne wrażenia pierwszej dhjany (zarówno mentalne, jak i fizyczne) utrzymują się.

Podczas przechodzenia z pierwszej do drugiej dhjany zanika dyskursywna aktywność mentalna. Podczas przechodzenia z drugiej do trzeciej dhjany znikają przyjemne wrażenia fizyczne. Umysł przepełniony jest błogością, ale świadomość w coraz większym stopniu wycofuje się z ciała i te przyjemne, nawet błogie wrażenia nie są już doświadczane w ciele ani za pomocą ciała. W rzeczywistości na tym etapie świadomość ciała może stać się zupełnie marginalna. To tak, jakbyśmy byli świadomi swojego ciała z wielkiej odległości, na peryferiach świadomości, a nie, jak to jest zazwyczaj, w jego centrum. Pozostałe czynniki w trzeciej dhjanie pozostają takie jak przedtem, choć coraz bardziej nabierają na sile.

W czwartej dhjanie znika nawet umysłowe doświadczenie szczęścia. Oczywiście, nie chodzi o to, że stajemy się w jakiś sposób nieszczęśliwi czy niespokojni, ale że umysł wykracza poza przyjemność i ból. Trudno to pojąć, bo siłą rzeczy taki stan – ani przyjemny, ani bolesny – wyobrażamy sobie jako obojętny, szary, gorszy od stanu przyjemności czy bólu. Ale tak nie jest. W czwartej dhjanie umysł wykracza poza przyjemność, poza ból, nawet poza mentalną błogość poprzedniej dhjany i wchodzi w stan spokoju. Paradoksalnie można powiedzieć, że stan spokoju jest jeszcze przyjemniejszy niż sam przyjemny stan. (Nie jest jednak prawdą twierdzenie, że jest też boleśniejszy niż bolesny stan). W czwartej dhjanie cała nasza energia jest w pełni zintegrowana, dzięki czemu jest to stan doskonałej mentalnej i duchowej harmonii i równowagi.

Dla zilustrowania czterech dhjan Budda przytaczał cztery trafne i zachwycające swym wdziękiem porównania:

Tak jak wytrawny kąpielowy, czy jego uczeń, nakłada proszek mydlany do naczynia, nasyca go wodą, miesza i rozpuszcza w taki sposób, że powstająca piana jest całkowicie przeniknięta, przesycona na wskroś wilgocią, tak i mnich pokrywa, przenika, napełnia i nasyca swoje ciało przyjemnością i radością powstałą z odosobnienia, i w całym jego ciele nie ma nic, co nie byłoby owładnięte przyjemnością i radością powstałą z odosobnienia [...].

Jak jezioro z podziemnym źródłem, w które nie wpływa żaden strumień ze wschodu czy zachodu, z północy czy południa, ani też chmury nie wlewają doń deszczu, tylko świeże źródło u podstawy tryska i całkowicie przepaja, przenika, napełnia i nasyca je tak, że ani najmniejsza część jeziora nie pozostaje nienasycona świeżą wodą, tak mnich [...] nasyca swoje ciało przyjemnością i radością powstałą z koncentracji [...].

Jak w jeziorze z lotosami, niektóre kwiaty lotosu rodzą się w wodzie, w niej się rozwijają, pozostają poniżej powierzchni wody i czerpią swój pokarm z głębi wody, a ich kwiaty i korzenie są przepojone, przeniknięte, napełnione i nasycone świeżą wodą, tak mnich [...] nasyca swoje ciało przyjemnością bez radości [...].

Jak człowiek mógłby od stóp do głów okryć się białym płótnem tak, że najmniejsza część jego ciała nie wystawałaby spod białego płótna, tak mnich siedzi, okrywszy swoje ciało, stanem najwyższego spokoju i koncentracji [...][166].

Te cztery porównania pokazują, że zachodzi wyraźny postęp, kiedy przechodzi się z jednej dhjany do następnej. W pierwszym porównaniu mamy wodę i proszek mydlany, inaczej mówiąc, istnieje dualizm, ale jego rozwiązaniem jest zmieszanie ich ze sobą. W pierwszej dhjanie następuje całkowite zjednoczenie energii świadomego umysłu na poziomie świadomości.

Drugie porównanie opisuje powolne napływanie, przesączanie, może w końcu wlewanie się, jako źródło inspiracji, energii nadświadomości, po tym jak nasza energia została zjednoczona na poziomie świadomego umysłu.

Trzecie porównanie do lotosu nasyconego przez wodę opisuje energię świadomego umysłu nasyconą i przekształconą przez energię nadświadomości.

---

166 *Dialogues of the Buddha (Digha-Nikaya)*, tłum. T.W. i C.A.F. Rhys Davids, seria *Sacred Books of the Buddhists*, Pali Text Society, London 1971, II, 82.

Czwarte porównanie do człowieka okrytego białym płótnem pokazuje, jak energia nadświadomości nie tylko przenika, ale dominuje, otacza i obejmuje energię świadomego umysłu. W drugiej dhjanie energia nadświadomości w formie wody wypływającej z podziemnego źródła zawiera się w zjednoczonym świadomym umyśle (jezioro). W czwartej dhjanie to świadomy umysł zawarty jest w energii nadświadomości (białe płótno). Sytuacja całkowicie się więc odwróciła.

Cztery bezforemne dhjany

Istotą czterech bezforemnych dhjan jest doświadczanie przedmiotów o coraz większym stopniu subtelności i udoskonalenia.

Pierwszy z tych czterech stanów wyższej świadomości związanej ze światem bezforemnym zwany jest sferą nieskończonej przestrzeni lub doświadczeniem nieograniczonej przestrzeni. Tutaj nie doświadczamy żadnego przedmiotu. Przypomnijmy sobie, że w chwili osiągnięcia czwartej dhjany świata form, porzucamy świadomość ciała. Jeśli oderwiemy się od zmysłów, przy pomocy których postrzegamy przedmioty w przestrzeni, pozostaje doświadczenie nieskończonej przestrzeni – przestrzeni rozciągającej się we wszystkich kierunkach, wszędzie. Nie jest to doświadczenie wizualne, w którym patrzymy w nieskończoną przestrzeń z pewnego punktu w przestrzeni, ale jest to uczucie wolności i ekspansji, doświadczenie całej swojej istoty rozszerzającej się w nieskończoność.

Druga bezforemna dhjana zwana jest sferą nieskończonej świadomości. Osiąga się ją przez „refleksję” nad doświadczeniem nieskończonej przestrzeni: „w tym doświadczeniu była świadomość nieskończonej przestrzeni”. To oznacza, że wspólnie z nieskończonością przestrzeni istnieje nieskończoność świadomości – subiektywny odpowiednik tego obiektywnego stanu czy doświadczenia. Odrywając się od doświadczenia przestrzeni i koncentrując na doświadczeniu nieskończoności świadomości, doświadczamy nieskończonej świadomości rozszerzającej się znów we wszystkich kierunkach, ale nie z jakiegoś konkretnego miejsca czy punktu – doświadczamy tylko świadomości, która jest obecna wszędzie.

Trzecia bezforemna dhjana jest jeszcze subtelniejsza, chociaż wciąż światowa. Ten stan nadświadomości zwany jest sferą ani postrzegania

ani niepostrzegania. Przeszliśmy od nieskończonego przedmiotu do nieskończonego podmiotu, a teraz wychodzimy poza obydwa. Osiągamy stan, w którym nie można powiedzieć, czy postrzegamy coś, czy niczego nie postrzegamy, ponieważ w pewnym sensie nie ma nikogo, kto miałby postrzegać. Nie wyszliśmy całkiem poza podział na podmiot i przedmiot, ale nie potrafimy już myśleć czy doświadczać w kategoriach podmiotu i przedmiotu.

Czwarta bezforemna dhjana jest sferą „niczego" lub sferą nieokreśloności. W tym doświadczeniu nie można wyróżnić żadnej, poszczególnej rzeczy ani wyodrębnić jej spośród innych. W zwykłej, powszedniej świadomości możemy wyróżnić kwiat jako odrębny od drzewa albo człowieka odrębnego od domu, ale w tym stanie nie ma poszczególnych rzeczy. Nie można określić tego jako „tego", a tamtego jako „tamtego". Nie chodzi o to, że mieszają się ze sobą, ale że nie da się ich wyszczególnić. To nie jest nicość, stan, gdzie niczego nie ma, tylko stan, gdzie nie ma „czegoś".

SYMBOLIKA PIĘCIU ELEMENTÓW W STUPIE

Każdy z pięciu elementów, czyli ziemia, woda, ogień, powietrze i przestrzeń, powiązanych jest z określonym kolorem i określoną formą geometryczną. Tantra umieściła formy geometryczne – żółty sześcian, białą kulę, czerwony stożek, bladozieloną półkulę i niebieską „płonącą" kroplę – jedna na drugiej, tworząc tym samym stupę. Symbole ułożone są w porządku wzrastającej subtelności żywiołów, które reprezentują – najmniej subtelne na spodzie i najsubtelniejsze na szczycie. Stupa stała się symbolem coraz wyższych stanów w transformacji energii psychiczno-duchowej.

Symbolika pięciu elementów została włączona do struktury stupy[167] w okresie wadżrajany, czyli tantrycznej fazie rozwoju buddyzmu w Indiach[168].

Pięć elementów to: ziemia, woda, ogień, powietrze i przestrzeń. Pierwsze cztery z nich to elementy materialne, razem tworzące materialny wszechświat. W myśli buddyjskiej wszystkich szkół te cztery elementy

---

167 Informacje na temat znaczenia stupy w buddyzmie, zob. Sangharakszita, *The Drama of Cosmic Enlightenment*, Windhorse, Glasgow 1993, s. 143-167.

168 Zob. przypis 39.

wspólnie nazywane są rupą. (Z kolei rupa jest pierwszą z pięciu skandh, pięciu skupisk, na które podzielona jest cała uwarunkowana, zjawiskowa egzystencja).

Wcześni tłumacze tekstów buddyjskich na języki zachodnie zwykli tłumaczyć rupę jako materię, materię w przeciwieństwie do umysłu, ale w rzeczywistości jest to całkowicie błędne (w buddyzmie, a zwłaszcza w tantrze, nie ma dualizmu umysł-materia). Rupa dosłownie znaczy „forma". Reprezentuje to, co zachodni filozofowie nazywają obiektywną treścią sytuacji postrzeżeniowej (lub percepcyjnej). Zobaczmy, co to oznacza. Doświadczamy czegoś – następuje postrzeganie. Na przykład, widzimy kwiat czy słyszymy melodię. To jest sytuacja postrzeżeniowa. Można w niej wyróżnić dwa elementy. Po pierwsze, jest to, co sami do niej wnosimy. Jest, na przykład, doznanie koloru (powiedzmy, czerwonego lub białego) – wnosimy to. Albo jest doznanie łagodności lub ostrości dźwięku – wnosimy to. Jest uczucie przyjemności – to też wnosimy. Po drugie, w sytuacji postrzeżeniowej jest coś, czego sami nie wnosimy: jest coś, czego wydajemy się doświadczać, do czego sytuacja postrzeżeniowa wydaje się odnosić albo na co wydaje się wskazywać. To coś, jeszcze nieznane i nieokreślone, technicznie nazywamy obiektywną treścią lub zawartością tej sytuacji postrzeżeniowej. Tę obiektywną treść buddyzm nazywa rupą.

Rupa, jako obiektywna treść sytuacji postrzeżeniowej, jest nie tylko postrzegana, ale posiada pewne cechy. Wyróżnia się cztery podstawowe cechy technicznie zwane mahabhutami. Rupa postrzegana jest jako coś twardego i opornego, jako coś płynnego i spójnego, odznaczającego się pewną temperaturą, i jako coś lekkiego i ruchomego. Te cztery cechy rupy symbolizowane są w buddyjskiej myśli, tradycji i sztuce przez cztery elementy lub żywioły materialne: ziemię, wodę, ogień i powietrze. Elementy nie są rzeczami (ziemia to nie bryła ziemi, a woda, to nie woda, którą nabieramy z kranu), lecz symbolami tych głównych cech rupy. Inaczej mówiąc, ziemia symbolizuje wszystko, co w określonej sytuacji postrzeżeniowej jest trwałe i stawiające opór; woda symbolizuje wszystko, co jest płynne i spójne w tej sytuacji; ogień symbolizuje wszystko, co w tej sytuacji ma temperaturę, a powietrze symbolizuje wszystko, co jest lekkie i się porusza.

Mahabhuta dosłownie znaczy „wielkie elementy" lub „podstawowe elementy". (Są one tak nazywane, ponieważ wszystkie inne drugorzędne elementy rupy wywodzą się z tych czterech podstawowych). Ale poza tym

podstawowym znaczeniem, to słowo ma inne interesujące znaczenia. Mahabhuta znaczy też „wielka magiczna transformacja", taka, jakiej dokonuje magik, kiedy sprawia, że daną rzecz widzisz jako inną. Oznacza ono też wielkiego ducha, w znaczeniu strasznego, dręczącego ducha. Magik, który przemienia glinę w złoto, sprawia, że glinę postrzegasz jako złoto. W taki sam sposób postrzegamy rupę, obiektywną treść sytuacji postrzeżeniowej, jako ziemię (twardość), jako wodę, ogień, powietrze. Ale czym rupa jest sama w sobie, jeśli w istocie jest czymkolwiek, tego nie wiemy i nie doświadczamy. Nie doświadczamy, niejako, gliny – nie wiemy nawet, czy jest jakaś glina; doświadczamy tylko złota.

Podobnie, jak się mówi, wielki duch, którym jest w tym przypadku jakszini, straszna żeńska zjawa, pojawia się ciemną nocą jako piękna dziewczyna. Nie wiemy, że to jest straszna zjawa, która mogłaby nas do rana pożreć; myślimy, że to piękna dziewczyna. Doświadczamy tylko pięknej dziewczyny, nie doświadczamy skrywającego się w niej ducha. A więc w tym wypadku jest to samo: czym jest sama rupa, nie wiemy i nie doświadczamy tego; tych czterech wielkich elementów, tych czterech podstawowych cech doświadczamy tylko przy pomocy naszych pięciu zmysłów.

Przestrzeń, piąty element w tym kontekście, zawiera cztery pozostałe elementy. W pewnym sensie przestrzeń umożliwia istnienie ziemi, wody, ognia i powietrza; jest możliwością ich istnienia. Albo możemy powiedzieć, że przestrzeń wspiera, umożliwia istnienie całego materialnego wszechświata. Dlatego w pewnym sensie w myśli buddyjskiej przestrzeń uważana jest za nieco bardziej rzeczywistą, bardziej ostateczną niż cztery materialne elementy.

Każdy z tych pięciu elementów związany jest z określonym kolorem i określoną formą geometryczną. Ziemia związana jest z żółcią i sześcianem; woda z bielą i kulą lub czasem z półkulą; ogień z czerwienią i stożkiem lub formą piramidalną; powietrze z jasną zielenią i z rodzajem półkuli (płaska powierzchnia jest u góry), a czasem z kształtem zbliżonym do misy; przestrzeń z błękitem i płonącą kroplą.

Struktura stupy

Po tych wstępnych uwagach łatwiej nam będzie zrozumieć, w jaki sposób tantra włączyła symbolikę pięciu elementów w strukturę stupy. To,

co zrobiła tantra, było bardzo proste i niemal drastyczne. Mianowicie umieściła formy geometryczne – sześcian, kulę, stożek, odwróconą półkulę i płonącą kroplę – jedną na drugiej i uznała, że stupa jako całość zasadniczo się z nich składa, jest z nich zbudowana. Inaczej mówiąc, tantra uznała stupę za architektoniczny symbol całego materialnego wszechświata istniejącego w przestrzeni.

Potem tantra poszła dalej. Nadała symbolice pięciu elementów i symbolice samej stupy jeszcze głębsze tantryczne znaczenie. Porządek, w jakim tantra umieściła geometryczne formy jedna na drugiej, nie był przypadkowy. Symbole ułożone są w porządku wzrastającej subtelności elementów, które reprezentują – z najmniej subtelnymi na spodzie i najsubtelniejszymi na szczycie. Woda jest subtelniejsza niż ziemia; ogień jest subtelniejszy niż woda; powietrze jest subtelniejsze niż ogień, a przestrzeń, na samym szczycie, jest najsubtelniejsza z nich wszystkich. Taki układ sugerował tantrycznym mędrcom, że to, co dotyczy świata materialnego, dotyczy rownież świata umysłu. W świecie materialnym jedne elementy są bardziej pospolite, surowe, podczas gdy inne są bardziej oczyszczone, subtelniejsze. Tak samo jest w świecie ducha; umysł, duch, także posiadają swoje poziomy – niższe, pospolitsze, surowsze oraz wyższe, subtelniejsze, czystsze, doskonalsze. Jeśli przeniesiemy symbolikę – przeniesiemy samą stupę – z płaszczyzny materialnej na płaszczyznę mentalną i duchową, te mentalne i duchowe poziomy mogą też być symbolizowane przez pięć elementów. W ten sposób dla tantry stupa stała się symbolem nie tylko świata materialnego, ale i świata umysłu, świata kolejnych poziomów świadomości, a raczej coraz wyższych stanów w transformacji energii psychiczno-duchowej.

Energia pięciu elementów

Przyjrzyjmy się temu bliżej, pamiętając, że znajdujemy się teraz w świecie umysłowym i duchowym, i że pięć elementów symbolizuje różne etapy transformacji energii psychiczno-duchowej. Jesteśmy w świecie wewnętrznym, nie zewnętrznym.

Ziemia w tym świecie reprezentuje energię statyczną, energię, która jest raczej potencjalna niż rzeczywista, a nawet energię, która jest zablokowana, zatamowana. Niestety, wielu ludzi bardzo dobrze zna ten stan.

Czujemy, że gdzieś w środku posiadamy energię, ale coś ją zablokowało. Energia jest zamknięta, jak ogień w zamkniętym wulkanie, nie ma dla niej ujścia, nie ma kanału, przez który mogłaby się wyrazić. Może ta energia jest nie tylko blokowana, ale nawet tłumiona. Jeśli energia jest tłumiona i nie może się ujawnić, to w końcu nie jest w stanie w ogóle się wydostać.

Czasem cały ten proces blokowania, tamowania, powstrzymywania i tłumienia trwa latami. Wówczas energia zaczyna zastygać. Aż nazbyt często zastyga w twardą, zwartą, zimną bryłę. Osoba, w której energia w ten sposób sama zastyga, sztywnieje w twardą, zwartą, zimną bryłę. Taka osoba staje się coraz bardziej skostniała, obojętna, niekomunikatywna, pozbawiona wyrazu, życia, coraz bardziej martwa. Od czasu do czasu, tylko dla przerwania monotonii, może nastąpić wybuch. Na wszystkie strony lecą odłamki skały, odłamki twardej substancji. Ale zwykle nie przynosi to wiele dobrego, a potem jest praktycznie po staremu.

Nawet jeśli energia nie jest blokowana, nawet jeśli nie jest powstrzymywana ani tłumiona, większość ludzi używa niestety tylko niewielkiego ułamka swojej potencjalnej energii. (Na ogół ludzie nie zdają sobie z tego sprawy). Trwamy w stanie ziemi: nasza energia pozostaje statyczna – bardziej potencjalna niż rzeczywista.

Stan wody to stan energii uwolnionej w niewielkim stopniu. Woda, w przeciwieństwie do ziemi czy skały, porusza się; płynie raz w jedną raz w drugą stronę na mniej więcej tym samym poziomie; może płynąć w dół, ale nie może (własną siłą) płynąć do góry. W tym stanie wody tylko mała ilość energii uwalnia się i płynie tam i z powrotem; nigdy nie płynie daleko, ale na pewną odległość, a potem wraca do punktu wyjścia. Inaczej mówiąc, ta energia, stan wody, porusza się pomiędzy parami przeciwieństw: płynie między miłością i nienawiścią, przyciąganiem i odpychaniem, nadzieją i lękiem, przyjemnością i bólem. Energia na tym poziomie jest bardzo reaktywna w bardzo ograniczonej sferze. Jest w niewielkim stopniu wolna, ale tylko w pewnych określonych granicach. Przypomina kozę uwiązaną do słupka: może skubać trawę do pewnego punktu, ale nie poza nim. Kiedy trawa po jednej stronie się skończy, koza musi jeść po drugiej stronie.

Ogień, to energia, która porusza się w górę. W tym stanie energia uwalnia się w coraz większych ilościach i z powodu tego regularnego

uwalniania energii poziom całego naszego istnienia i naszej świadomości stale się podnosi. Możemy doświadczać przemożnej radości, ekstazy, błogości i tak dalej. Gdy ogień płonie, kiedy energia się wznosi, wówczas rozwiązują się mentalne konflikty, wznosimy się ponad problemy, stają się one jak smugi dymu unoszące się na wszystkie strony lub jak małe iskierki. Jest to też stan nieustannej kreatywności: przez cały czas powstaje coś coraz wyższego. Stan ognia jest stanem ciągle rosnącego doświadczenia duchowego, stanem prawdziwego artysty i mistyka, nie w ich zwykłym codziennym życiu, lecz u szczytu ich możliwości, kiedy tworzą, gdy sięgają do tego, co jest poza nimi, gdy płomień wznosi się prosto do nieba.

Podczas gdy ogień reprezentuje energię uwolnioną ku górze, powietrze reprezentuje energię uwolnioną we wszystkich kierunkach. Powietrze to energia, która promieniuje z centralnego punktu we wszystkich kierunkach jednocześnie. Powietrze to energia, która wypływa z niewyczerpanego centralnego źródła, tak jak światło i ciepło w naszym wszechświecie wypływają ze słońca. Nie ma żadnych ograniczeń. Wypływa we wszystkich kierunkach jednocześnie, wiecznie.

Następnie mamy przestrzeń. Tutaj energia jest w stanie, którego niemal nie da się wyrazić słowami i ogarnąć myślą. Weszła w inny wymiar – czwarty, piąty, szósty. Można powiedzieć, że przestrzeń jest stanem, w którym energia, po rozprzestrzenieniu się w nieskończoność we wszystkich kierunkach, pozostaje wiecznie rozprzestrzeniająca.

To jest pięć elementów w psychiczno-duchowym znaczeniu. To są kolejne etapy transformacji energii psychiczno-duchowej symbolizowane przez tantryczną stupę.

Pozwólcie, że posłużę się porównaniem, aby pokazać położenie człowieka na każdym z tych kolejnych etapów – na etapie ziemi, wody, ognia i tak dalej.

Na etapie ziemi jest on jak więzień z ciasno skrępowanymi rękami i nogami. Jestem pewien, że większość ludzi czasem czuła się podobnie. Więzień nie może się poruszyć, nawet drgnąć. Czasem ma też zawiązane oczy i nie może mrugać powiekami. Nic nie może zrobić; nie może wykonać żadnego ruchu. Jego energia jest całkowicie zablokowana. Takie jest położenie człowieka w stanie ziemi.

Ale potem ktoś się pojawia i przecina jego więzy, zdejmuje mu opaskę z oczu. Więzień znajduje się w małej celi szerokiej na około dwa metry.

Odkrywa, że może się poruszać: może podnieść rękę, może podnieść nogę. Odkrywa, że jeśli chce, może chodzić, nawet cały dzień, ale tylko po swojej maleńkiej celi – dwa metry w tą, dwa metry w drugą stronę. Inaczej mówiąc, niewielka ilość energii porusza się w bardzo ograniczonej przestrzeni; może dojść do ściany z jednej strony i do ściany z drugiej strony, ale to wszystko. To jest stan wody, energii słabo oscylującej między parami przeciwieństw – czasem ten stan nazywany jest nawet „wolnością".

W stanie ognia więźniowi udaje się zrobić dziurę w dachu i, niczym jogin tybetański, wylatuje przez ten otwór w górę, coraz wyżej, prosto w chmury.

W stanie powietrza odkrywa on, że nie musi lecieć tylko w górę, ale może poruszać się również w innych kierunkach: może poruszać się na boki, może zejść i znowu się wznieść, może pójść w dowolnym kierunku. Obawiam się, że tutaj nasza analogia się kończy, ponieważ w stanie powietrza może on podróżować we wszystkich kierunkach jednocześnie. Można go sobie chyba wyobrazić jako maga czy jogina o jeszcze większych tajemnych mocach, zwielokratniającego się: miliony magów wiecznie podróżuje z tego centralnego punktu w różnych kierunkach po całym wszechświecie w nieskończoność.

Dalej jest przestrzeń. Nawet nie próbuję zastosować tej analogii do przestrzeni. Tutaj słowa po prostu się kończą i pozostaje tylko własna wyobraźnia.

To są kolejne etapy w transformacji energii psychiczno-duchowej: z ziemi w wodę, z wody w ogień, z ognia w powietrze, z powietrza w przestrzeń. To są etapy tantrycznej ścieżki do Oświecenia, etapy symbolizowane przez pięć elementów włączonych do tantrycznej symboliki stupy.

PRAKTYKA WIZUALIZACJI STUPY

Podstawowym problemem życia duchowego jest zachowanie i zjednoczenie naszej energii. Przez większość czasu nasza energia nie jest dostępna dla życia duchowego: blokujemy ją, tłumimy lub marnujemy. Dlatego często jest nam trudno wejść w głęboką medytację. Praktyka wizualizacji stupy ma uwolnić, pobudzić i oczyścić energię psychiczno-duchową.

Kiedy podejmujemy tego rodzaju praktykę, możemy początkowo widzieć tylko niezróżnicowaną kolorową plamę; z czasem kolor przybierze określoną formę. Niezmiernie ważne jest, żeby widzieć kolor, a co więcej

– „poczuć" go. To właśnie kolor daje nam poczucie, wewnętrzne odczucie poszczególnego wizualizowanego aspektu, czyli ziemi, wody, ognia, powietrza czy przestrzeni. To wewnętrzne odczucie jest bardzo subtelne i nieokreślone. Doświadczamy koloru jako koloru i jako coś więcej – jako symbolu. Kolor staje się nośnikiem doświadczenia duchowej cechy, duchowego stanu, który ten kolor symbolizuje. Poprzez kolor i formę symbolu możemy doświadczyć duchowej zasady, którą ten symbol ucieleśnia.

Wizualizacja stupy

1. Zamknij oczy i wyobraź sobie nieskończone, czyste, błękitne niebo.
2. Następnie na czystym, błękitnym niebie umieść żółty sześcian, symbol elementu ziemi.
3. Nad żółtym sześcianem zwizualizuj białą kulę, symbol elementu wody.
4. Nad białą kulą umieść czerwony stożek, symbol elementu ognia.
5. Ponad czerwonym stożkiem wyobraź sobie jasnozieloną półkulę, symbol elementu powietrza.
6. Nad jasnozieloną półkulą zwizualizuj opalizującą, mieniącą się kolorami tęczy kroplę o kształcie płomienia, symbol elementu przestrzeni.
7. Kropla o kształcie płomienia powoli rozpuszcza się w jasnozielonej półkuli.
8. Jasnozielona półkula powoli rozpuszcza się w czerwonym stożku.
9. Czerwony stożek powoli rozpuszcza się w białej kuli.
10. Biała kula powoli rozpuszcza się w żółtym sześcianie.
11. Żółty sześcian powoli rozpuszcza się w błękitnym niebie.
12. W końcu pozwalasz zniknąć błękitnemu niebu, w ten sposób kończąc praktykę.

MĄDROŚĆ

Na zakończenie zajmiemy się Mądrością, lekarstwem na ignorancję leżącą u podstawy wszelkiego cierpienia. Ktoś, kto jest mądry, widzi wszystko jasno, widzi rzeczy takimi, jakimi naprawdę są. Wg buddyzmu chodzi tutaj o widzenie i zrozumienie trzech cech charakteryzujących życie: wszystkie rzeczy i zjawiska uwarunkowane są niezadowalające, nietrwałe i pozbawione trwałej określającej je esencji czy też „ja". Wraz z mądrością pojawia się w nas bodhiczitta, siła pchająca nas ku Oświeceniu, działająca na pożytek wszystkim istotom – tej głębokiej nauce poświęcone są dwa rozdziały. Zanim jednak za bardzo nas poniesie i zejdziemy z właściwej ścieżki na manowce, Sangharakszita ostrzega nas, byśmy nie wykorzystywali Nirwany jako celu, jeśli tak naprawdę szukamy tylko ucieczki od siebie i od problemów we własnym życiu. A na sam koniec czeka nas krótka eksploracja samego Oświecenia; dociekamy też, dlaczego stanowi ono kulminację Mądrości.

TRZY CECHY EGZYSTENCJI

Wnikając w strukturę rzeczywistości, stwierdzamy, że w jej skład wchodzi zarówno to, co uwarunkowane, jak i nieuwarunkowane. Uwarunkowane rozpoznajemy po trzech nieodłącznych odeń cechach: jest niezadowalające, nietrwałe i pozbawiona „ja". Jeśli dostrzegamy w nim cokolwiek innego, jest to tylko iluzja. Poddając badaniu te cechy i ucząc się je rozpoznawać w tym, co uwarunkowane, z czasem mamy szansę dostrzec nieuwarunkowane.

Rzeczywistość to duże słowo. Nie tylko duże, ale i bardzo abstrakcyjne, a nawet nieco mgliste. Buddyzm nie przepada raczej za abstrakcyjną czy mglistą terminologią. Na przykład buddyzm tybetański, daleki od zajmowania się abstrakcjami, woli konkretne obrazy. Jest on nie tylko konkretny, ale wręcz materialistyczny. Uciekając się do sprzeczności, moglibyśmy powiedzieć, że jest on materialistyczną duchowością. W tym samym duchu inna wielka szkoła buddyjska, zen, również unika, na ile to możliwe, abstrakcji i niejasnych uogólnień. Czasami zen posuwa się znacznie dalej niż buddyzm tybetański: zamiast oddawać się abstrakcjom, mistrz zen wydaje przeszywający krzyk albo wymierza uczniowi trzydzieści uderzeń.

„Rzeczywistość" nie jest więc tak naprawdę buddyjskim słowem. W buddyzmie mamy słowa: śunjata, tathata[169], dharmakaja, lecz nie mamy prawdziwego semantycznego ekwiwalentu słowa „rzeczywistość". Zatem kiedy go używamy, mówiąc o buddyzmie, używamy go w bardzo prowizoryczny sposób. Nie należy zatem traktować go zbyt dosłownie, a wszelkie konotacje z nim związane – używane w ogólnym, zachodnim, filozoficznym i religijnym kontekście – nie są zbyt odpowiednie w kontekście buddyjskim.

Struktura Rzeczywistości

Słowo „struktura" nie jest abstrakcyjne, jest niezwykle konkretne. Mówimy o strukturze tkaniny – bawełny, jedwabiu czy wełny – każde włókno ma inną strukturę, układ włókien, który bez trudu można wyczuć palcami. Mówimy też o strukturze kamienia – jeśli przesuniesz palcami

[169] Tathata dosłownie znaczy „takość".

po kawałku marmuru czy granitu, poczujesz, że każdy z nich ma całkiem inną strukturę. Struktura to coś konkretnego, podczas gdy rzeczywistość zdaje się być abstrakcyjna, jednak użycie tego bardziej konkretnego wyrażenia, gdy mówimy o rzeczywistości, wydaje się właściwe, ponieważ sugeruje, że rzeczywistość można poczuć, a nawet dotknąć, doświadczyć. Buddyzm jest przede wszystkim praktyczny: obejmuje etykę, religię i tradycję duchową; nie jest tylko systemem filozoficznym w zachodnim, akademickim sensie.

Nadal prowizorycznie używając słowa „rzeczywistość", możemy powiedzieć, że w buddyzmie rzeczywistość jest dwojaka. Jest rzeczywistość uwarunkowana i rzeczywistość nieuwarunkowana. Ujmując prościej, możemy mówić o uwarunkowanym i Nieuwarunkowanym, co dla myśli buddyjskiej jest rozróżnieniem fundamentalnym. W sanskrycie słowo „uwarunkowane" to samskryta. Samskryta znaczy dosłownie „zebrany razem" lub „złożony" (sam: razem, skryta: zrobiony, złożony). Nieuwarunkowane to asamskryta, w znaczeniu tego, co nie jest zebrane razem, co nie jest złożone, co jest proste w sensie filozoficznym.

W *Arija-parijesana-sutta*[170] Budda mówi o dwóch dążeniach: o dążeniu niskim (anarijaparijesana) i o dążeniu szlachetnym (arijaparijesana). „Esana", to bardzo mocne słowo; oznacza dążenie, poszukiwanie, chęć, pragnienie, pęd, aspirację. O niskim dążeniu mówimy, gdy uwarunkowane szuka uwarunkowanego, śmiertelne dąży do śmiertelnego; o szlachetnym dążeniu mówimy, gdy uwarunkowane szuka Nieuwarunkowanego, śmiertelne dąży do nieśmiertelnego. Niskie dążenie odpowiada kręgowi egzystencji, kołu życia, w którym wszyscy obracamy się życie za życiem w nieskończoność. Szlachetne dążenie odpowiada ścieżce (Ośmiorakiej Ścieżce, siedmiorakiej ścieżce, ścieżce bodhisattwy), prowadzącej od koła życia w górę spirali do celu Oświecenia.

Trzy lakszany

W tym miejscu można by zauważyć, że łatwo jest mówić o szlachetnym dążeniu, o porzuceniu uwarunkowanego i poszukiwaniu Nieuwarunkowanego, ale to dość mgliste i abstrakcyjne. Co właściwie rozumiemy przez uwarunkowane? Jak można rozpoznać uwarunkowane? Skąd mamy

---

170 *The Middle Length Sayings (Majjhima-Nikaya)*..., t. I, sutta nr 26.

to wiedzieć? Na te pytania tradycja buddyjska odpowiada, że uwarunkowane rozpoznajemy poprzez trzy cechy egzystencji (sanskryt: lakszany, pali: lakkhany), które ono niezmiennie posiada.

Trzy lakszany, to duhkha, anitja i anatman. Można te pojęcia przetłumaczyć jako niezadowalające, nietrwałe i pozbawione „ja". Wszystkie uwarunkowane rzeczy w tym wszechświecie mają te trzy cechy. Wszystkie są niezadowalające, wszystkie są nietrwałe, wszystkie są pozbawione „ja".

Rodzaje cierpienia

Duhkha (pali: dukkha) jest jednym z najbardziej znanych słów buddyjskich. Zwykle tłumaczone jest jako „cierpienie", ale osobiście uważam, że „niezadowolenie" brzmi lepiej, choć może jest nieco niezręczne.

Budda zwykle wymienia siedem różnych rodzajów cierpienia czy niezadowolenia[171]. Najpierw mówi, że narodziny są cierpieniem. Pamiętam, że Oskar Wilde w jednej ze swoich książek napisał, że narodzinom dziecka lub gwiazdy towarzyszy ból. Mimo iż ujęte poetycko, wyraża to pewną prawdę duchową. To znaczące, że nasze życie zaczyna się od cierpienia. Narodziny z pewnością są fizycznie bolesne dla matki i dla dziecka. Nagłe wepchnięcie w ten zimny świat jest traumatycznym doświadczeniem dla noworodka – dostaje klapsa albo uderzenie. To niezbyt przyjemne powitanie na świecie.

Następnie Budda mówi, że cierpieniem jest uwiąd związany ze starością. Starość ma wiele wad. Odczuwamy słabość fizyczną: nie możemy poruszać się tak, jak dawniej; nie możemy wbiec na schody czy wspiąć się na górę, jak dawniej. Tracimy pamięć: nie możemy przypomnieć sobie nazwisk ani gdzie coś położyliśmy. Czasem ta cecha starych ludzi stanowi tragiczny widok. Atakuje również starcza demencja. Czasem widzi się ludzi w zaawansowanym wieku, którzy najwyraźniej zaczynają tracić zmysły. I w końcu, kto wie, czy to nie najbardziej bolesne ze wszystkiego – osoba bardzo stara jest zależna od innych: nie może wiele dla siebie zrobić, wymaga fizycznej opieki pielęgniarki albo krewnych. Wszystko to sprawia, że starość, szczególnie zaawansowana starość, mimo wszystkich współczesnych wygód i udogodnień, staje się bardzo często czasem cierpienia.

---

[171] *The Book of the Kindred Sayings (Samyutta-Nikaya)…*, cz. V, s. 421-3.

Następnie, cierpieniem jest choroba. Żadna choroba nie jest przyjemna, ani lekkie zapalenie zęba, ani straszna choroba, jak rak.

Śmierć jest cierpieniem. Śmierć często jest cierpieniem, ponieważ ludzie nie chcą odejść. Czepiają się życia. Bardzo żałują, że muszą odejść. Ale nawet, gdy chcą odejść, nawet jeśli cieszą się przejściem do nowego życia – lub sami nie wiedzą do czego – bardzo często fizyczny proces rozpadu jest dość bolesny. Wiąże się z tym duże cierpienie mentalne. Czasem na łożu śmierci ludzie mają wyrzuty sumienia: pamiętają zło, jakie wyrządzili w przeszłości innym osobom, bardzo często ogarniają ich lęki i obawa przed przyszłością. Wszystko to sprawia, że dla wielu ludzi śmierć jest strasznym doświadczeniem, a zanim nadejdzie, robią, co mogą, żeby o niej nie myśleć.

Istnieją też inne rodzaje cierpienia. Cierpieniem jest bycie związanym z osobą czy sytuacją, których się nie lubi. Wszyscy tego doświadczamy. Czasem zdarza się, że nawet w naszej rodzinie są osoby, których nie lubimy. To jest tragiczne, zwłaszcza że nie zawsze są to dalsi kuzyni czy dalecy krewni, czasem mamy niedobre stosunki ze swoimi dziećmi. Jednak ponieważ łączą nas więzy krwi, musimy być z nimi w pewnym stopniu związani. Następnie – nasz zawód. Wielu z nas nie lubi swojej pracy (jeśli ją mamy). Wielu ludzi wolałoby robić coś innego, ale zostali zmuszeni do jej podjęcia, gdy mieli piętnaście czy szesnaście lat i nie mogą się wycofać. Muszą robić rzeczy, których nie chcą robić, kontaktować się z ludźmi, z którymi nie lubią się kontaktować. Wszystko to jest cierpieniem. Istnieją nieprzyjemne warunki środowiska, jak angielski klimat. Wolelibyśmy udać się na słoneczne południe, do Włoch, Grecji, Hiszpanii, Tunezji, ale nie zawsze jest to możliwe.

Bardzo często jesteśmy związani z tym, czego nie lubimy: z ludźmi, miejscami, rzeczami. Wydaje się, że nie ma ucieczki – z pewnością nie ma ucieczki całkowitej. Musimy po prostu zadawać się bez końca z ludźmi, przebywać w miejscach i mieć kontakt z rzeczami, których nie lubimy. Czasem czujemy się prawie tak, jakbyśmy byli przywiązani do zwłok, od których nie możemy uciec.

Z drugiej strony Budda mówi, że cierpieniem jest oddzielenie od tego, co się lubi. Często zdarza się, że z biegiem czasu zostajemy rozdzieleni z krewnymi czy przyjaciółmi. Są ludzie, z którymi chcielibyśmy być razem, ludzie, których chcielibyśmy częściej spotykać, lecz

okoliczności na to nie pozwalają i staje się to po prostu niemożliwe. W czasie wojny rodziny bardzo często są rozdzielane. Pamiętam, że kiedy podczas II wojny światowej byłem w wojsku w Azji, wielu z moich przyjaciół regularnie, co tydzień lub co dwa tygodnie, dostawało listy z domu od rodzin i przyjaciół. Potem nadszedł czas, gdy listy przestały napływać. Nie mieli pojęcia, co się stało. Wiedzieli, że na Anglię spadają bomby, więc czasem po upływie tygodnia, dwóch, zaczynali myśleć, że musiało się stać najgorsze. Później może dostali wiadomość od krewnych albo oficjalnie, że ich żona i dzieci, ich rodzice czy bracia i siostry zostali zabici podczas bombardowania lotniczego. Dla nich oczywiście było to stałe rozdzielenie przez śmierć. Wielu ludzi przez całe lata rozpamiętywało te straty.

Cierpimy też wtedy, gdy nie dostajemy, czego chcemy. Wszyscy znamy bardzo dobrze ten ból, ponieważ wszyscy pragniemy dostawać to, co chcemy. Jeśli nie możemy, czujemy się zdenerwowani, zmartwieni, zaniepokojeni. Im silniejsze jest pragnienie, tym więcej cierpienia. Nie ma potrzeby się nad tym rozwodzić, ponieważ przytrafia się nam to każdego dnia, jeśli nie każdej godziny.

Budda przy wielu okazjach, kiedy mówił o cierpieniu, próbując skłonić ludzi, żeby spojrzeli na nie z dystansu, podsumowywał swój wykład zdaniem, że cierpieniem jest pięć skupisk, skandh (forma, uczucie, percepcja, wola i świadomość), z których składają się wszystkie uwarunkowane, czujące formy życia.

Większość ludzi, jeśli ich spytać lub przycisnąć, przyzna, że narodziny są bolesne i choroba jest bolesna, i starość, i śmierć. Owszem, przyznają, te wszystkie doznania są bolesne, ale jednocześnie nie chcą zaakceptować wniosku, który z tego wszystkiego wypływa, że sama uwarunkowana egzystencja jest cierpieniem. To tak, jakby uznawali wszystkie cyfry rachunku, ale nie akceptowali całości, na którą się te wszystkie cyfry składają. Ich zdaniem twierdzenie, że sama uwarunkowana egzystencja jest cierpieniem, to lekka przesada. Mówią: „Tak, istnieje pewna ilość cierpienia na świecie, ale w sumie to nie jest złe miejsce". Mówią też, że buddyjskie twierdzenie, iż uwarunkowana egzystencja jako taka jest cierpieniem, to wręcz chorobliwy pesymizm. „Na pewno – mówią – jest gdzieś w świecie jakiś mały promyk szczęścia".

Ukryte cierpienie

Buddyzm oczywiście nie zaprzecza, że w życiu, obok bolesnych doświadczeń, mogą pojawiać się doświadczenia przyjemne. Ale mówi, że nawet przyjemne doświadczenia w gruncie rzeczy są bolesne. Przyjemne doświadczenia niosą w sobie ukryte cierpienie, cierpienie zatuszowane, są jak „miód na ostrzu noża". W jakim stopniu możemy zobaczyć cierpienie kryjące się za przyjemnością, w jakim możemy ujrzeć – by posłużyć się metaforą z mitologii klasycznej – czaszki i kości za kępami kwiatów w grotach syren[172], zależy od naszej duchowej dojrzałości. Dr Edward Conze podaje cztery interesujące przykłady ukrytego cierpienia[173].

Po pierwsze, coś jest przyjemne dla nas, ale wiąże się z cierpieniem innych ludzi lub innych istot. Zwykle o tym nie myślimy. Jeśli nam jest dobrze, nie dbamy zbytnio o innych. Weźmy prosty przykład jedzenia mięsa: wielu ludzi z przyjemnością je mięso i nie dba o cierpienia krowy, świni, jagnięcia, kurczaka czy jakiegoś innego nieszczęsnego zwierzęcia. Przez większość czasu świadomy umysł po prostu ignoruje to wszystko: beztrosko zajada, nie myśląc wcale o cierpieniach zwierząt. Ale nieświadomy umysł wie, co się dzieje. Bardzo często nieświadomy umysł jest mądrzejszy od umysłu świadomego. Nie da się go oszukać. Możemy nie dopuszczać jakiegoś nieprzyjemnego faktu do świadomego umysłu, ale zapada on wtedy w nieświadomość i pozostaje tam cały czas. Z powodu tej nieświadomej wiedzy (w głębi siebie wiemy, że nasza przyjemność okupiona została kosztem cierpienia innych żyjących istot) tkwi w nas nieświadome poczucie winy.

Ten rodzaj winy jest źródłem wielkiego niepokoju, lęku i cierpienia. Dr Conze podaje bardzo powszechny przykład, przykład bogactwa. Mówi, że znał dość dużo bogatych ludzi bojących się zubożenia. To może się wydać dziwne, ale biedak nie boi się śmierci z głodu czy podobnego

---

172 W *Metamorfozach* (Księga V) Owidiusz mówi, że syreny miały pióra i nogi ptaków, ale ludzkie cechy. Żyły na wyspie niedaleko Scylli i Charybdy; ich piękny śpiew zwabiał żeglarzy na poszarpane brzegi ich wyspy i na pewną śmierć. W *Odysei* Homera również znajdziemy słynny epizod z syrenami (Księga XII).

173 E. Conze, *Buddhism: Its Essence and Development*, Harper & Row, New York 1959, s. 46-48.

nieszczęścia. (Znam ludzi w Indiach, którzy czasem nie wiedzą, jak zdobędą posiłek następnego dnia, ale nie wydają się tym martwić, są bardzo pogodni, czasem nawet dość szczęśliwi). Lecz ludzie bogaci, mówi dr Conze, często boją się, że stracą swoje bogactwo i zostaną biedakami. Dzieje się tak dlatego – pisze – iż podświadomie czują, że na nie nie zasługują; nieświadomość im mówi: „Powinno ci to być zabrane!", a świadomy umysł martwi się, mówiąc: „Może to zostanie ci zabrane". Bogatą osobę często dręczy nieświadome poczucie winy, bo – niezależnie od tego, jak świadomy umysł zaprzecza – wie, że zgromadziła swoje bogactwo w nieuczciwy sposób, bezpośrednio lub pośrednio powodując cierpienie innych ludzi, zatem odczuwa potrzebę usprawiedliwiania się. Mówi sobie: „Cóż, jeśli jestem bogaty, a inni ludzie są biedni, to dlatego, że ciężej pracuję – inni są leniwi, nie nadają się do niczego".

Czasem poczucie winy staje się bardzo silne. Wtedy trzeba użyć drastycznych środków, żeby się go pozbyć. Środki te mogą polegać nawet na oddaniu części bogactwa. Bogata osoba daje część swego bogactwa na cele dobroczynne. Często oddaje pieniądze na szpitale, co jest dość znaczące, ponieważ szpitale łagodzą cierpienie, a to sugeruje, że w ten sposób chce zrekompensować cierpienie, jakie spowodowała, gromadząc bogactwo, poprzez oddanie jego części na rzecz zmniejszenia cierpienia w szpitalach. Tego rodzaju darowizna to używanie pieniędzy dla uspokojenia własnego sumienia. Jeśli mamy kontakt z organizacjami religijnymi, szybko odkrywamy, jak szeroko jest rozpowszechniona. Czasem po prostu ktoś wrzuca pieniądze do skrzynki na listy w kopercie z napisem „od anonimowego dawcy". Wtedy wiadomo, że kogoś naprawdę gryzie sumienie.

Drugi przykład, jaki daje dr Conze: ukryte cierpienie pojawia się, gdy przyjemności towarzyszy niepokój z powodu potencjalnej jej utraty. Dobrym przykładem jest władza polityczna. Bardzo miło jest – jak twierdzą niektórzy – mieć władzę nad innymi, ale towarzyszy nam cały czas strach przed jej utratą, szczególnie, jeśli jest się dyktatorem; jeśli władzę polityczną przejęło się siłą i inni ludzie gotowi są ją odebrać, nie można przespać ani jednej spokojnej nocy. To z pewnością okropne być otoczonym strażą, być zawsze podejrzliwym, nie móc zaufać nawet najbliższemu przyjacielowi, ciągle martwić się tym, kto wykona przeciw nam następny ruch. Teksty buddyjskie podają dobry przykład. Mówią:

> Załóżmy, że jastrząb chwyta kawałek mięsa w szpony i odlatuje z nim. Wówczas leci za nim sto innych jastrzębi i próbuje schwycić ten kawałek mięsa. Jedne dziobią i kłują ciało jastrzębia, inne jego oczy, jeszcze inne głowę, próbując wyrwać mięso.

Podobnie jest z wieloma tak zwanymi przyjemnościami, takimi jak posiadanie władzy politycznej, szczególnie we współczesnym, nastawionym na konkurencję społeczeństwie.

Trzeci przykład: ukryte cierpienie pojawia się, gdy coś przyjemnego wiąże nas z czymś innym, co przynosi cierpienie. Dr Conze podaje przykład ciała. Poprzez ciało doświadczamy wszelkiego rodzaju przyjemnych doznań. Z powodu tych przyjemnych doznań przywiązujemy się do ciała jako źródła tych doznań. Ale ciało jest też źródłem nieprzyjemnych doznań. Zatem z powodu przywiązania do tego, co dostarcza nam przyjemnych doznań, jesteśmy tak samo przywiązani do tego, co dostarcza nam nieprzyjemnych doznań. Nie możemy mieć ich oddzielnie.

Na koniec dr Conze mówi, że przyjemności czerpane z doświadczania uwarunkowanych rzeczy nie mogą zaspokoić najgłębszych tęsknot serca. W każdym z nas jest coś nieuwarunkowanego, coś „nie z tego świata", transcendentalnego – natura buddy. Jakkolwiek to nazwiemy, nie może być zaspokojone przez uwarunkowane – zaspokoić je może tylko Nieuwarunkowane. Dlatego, wracając do konkluzji Buddy, wszystkie rzeczy uwarunkowane (rzeczywiste czy potencjalne) są niezadowalające. Ów brak zadowolenia jest podstawową cechą wszystkich uwarunkowanych form życia, w szczególności uwarunkowanych form życia obdarzonych czuciem.

Nietrwałość

Drugą lakszaną jest anitja (pali: anicca). Anitja znaczy „nietrwały" (nitja, to „trwały", „wieczny", natomiast „a-" jest przedrostkiem przeczącym, a więc anitja to „nietrwały", „niewieczny"). Nad tą cechą nie zatrzymamy się tak długo, jak nad duhkhą, ponieważ względnie łatwo jest ją zrozumieć, przynajmniej intelektualnie. Ukazuje ona, że wszystkie uwarunkowane rzeczy, wszystkie rzeczy złożone, ciągle się zmieniają. (Rzeczy uwarunkowane, z samej definicji, w sanskrycie i pali, są złożone, czyli składają się z części). To, co jest złożone, może też być rozłożone (części mogą być oddzielone).

To się dzieje cały czas. Może tę prawdę jest nam łatwiej zrozumieć dziś niż kiedyś. Dzięki nauce wiemy, że nie ma takiej rzeczy, jak twarda, stała materia rozrzucona w kawałkach w przestrzeni. Wiemy, że to, co uważamy za materię, w rzeczywistości jest tylko energią w różnych formach.

Ta sama prawda o nietrwałości dotyczy umysłu. W życiu umysłowym nie ma nic niezmiennego; nie ma niezmiennej, trwałej, nieśmiertelnej duszy, jest tylko ciągłe następstwo stanów umysłu. Umysł zmienia się jeszcze szybciej niż ciało fizyczne. Zwykle nie widzimy, jak zmienia się ciało fizyczne, ale jeśli poświęcimy temu odrobinę uwagi, możemy zobaczyć, jak zmienia się nasz umysł. To dlatego Budda powiedział, że bardziej karygodne jest utożsamianie się z umysłem niż z ciałem: myślenie, że jestem umysłem, jest bardziej karygodne niż myślenie, że jestem ciałem, ponieważ ciało ma przynajmniej pewną względną stałość, podczas gdy umysłowi tej stałości całkiem brak.

Mówiąc bardzo ogólnie, cecha anitji pokazuje nam, że cały wszechświat, od góry do dołu, w całym swym bezmiarze, w całej świetności, jest tylko olbrzymim zbiorem różnego rodzaju procesów przebiegających na różnych poziomach i wzajemnie powiązanych; nic, nawet przez chwilę, nie stoi w miejscu, nic nie jest nieruchome. Łatwo jest o tym zapomnieć. Myślimy, że niebo i góry trwają zawsze („wieczne wzgórza"); myślimy, że nasze ciała są względnie trwałe. Dopiero gdy suma zmian prowadzi do wielkiej zmiany, prowadzi może do katastrofy albo gdy coś się psuje lub kończy, zdajemy sobie sprawę z prawdy o nietrwałości.

Brak „ja"

Trzecią i ostatnią lakszaną jest anatman (pali: anatta), dosłownie: brak „ja" lub „nie-ja". Uczy nas ona, że wszystkie uwarunkowane rzeczy pozbawione są stałej, niezmiennej indywidualności. Pamiętam, że mój nauczyciel, który był mnichem buddyjskim wywodzącym się z Indii, mawiał, że nie można pojąć, co Budda rozumiał przez anatmana, o ile nie zrozumiało się najpierw ówczesnego pojęcia atmana, czyli tego, co hinduizm czasów Buddy rozumiał przez atmana. W upaniszadach znajdziemy wiele koncepcji atmana. Niektóre upaniszady mówią, że atman to ciało fizyczne; inne mówią, że atman ma wielkość kciuka, jest materialny i przebywa w sercu. Istniało wiele różnych poglądów, ale najpowszechniejszy w tamtym

czasie – a jednocześnie ten, do którego Budda się odnosił – utrzymywał, że atman, „ja", jest niematerialny, świadomy, niezmienny, indywidualny (ja jestem ja, a ty to ty), niezależny (w znaczeniu sprawowania całkowitej kontroli nad własnym przeznaczeniem) i cieszący się błogością.

Budda utrzymywał, że nic takiego nie istnieje. Odwoływał się do doświadczenia. Jeśli obserwujemy swoje wnętrze, swoje życie umysłowe, widzimy, że jest tylko pięć skupisk (forma, uczucia, percepcja, wola i działania świadomości), a wszystkie ciągle się zmieniają – nie ma nic stałego. Widzimy, że wszystkich pięć skupisk powstaje w zależności od warunków – nie ma nic niezależnego. Widzimy, że wszystkie w taki lub inny sposób dręczy cierpienie – nie ma nic (ostatecznie) błogiego. A więc nie ma „ja", atmana. Pięć skupisk to anatman; nie tworzą takiego „ja", jakie mieli na myśli Hindusi czasów Buddy; atman nie istnieje w pięciu skupiskach ani na zewnątrz nich, ani nie łączy się z nimi w żaden inny sposób.

Wszystkie bez wyjątku uwarunkowane rzeczy cierpią (duhkha), są nietrwałe (anitja) i pozbawione „ja" (anatman). To są trzy cechy uwarunkowanej egzystencji. Mają one kluczowe znaczenie nie tylko w filozofii buddyjskiej, ale i w buddyjskim życiu duchowym. Według Buddy nie widzimy naprawdę uwarunkowanej egzystencji, dopóki nie nauczymy się widzieć jej w tych kategoriach. Jeśli widzimy cokolwiek innego, to jest to tylko iluzja, projekcja. Kiedy zaczynamy widzieć uwarunkowane w tych kategoriach, to stopniowo uzyskujemy przebłysk Nieuwarunkowanego i ten przebłysk prowadzi nas na naszej drodze.

BODHICZITTA

Bodhiczitta to trudne do przetłumaczenia pojęcie oznaczające, w przybliżeniu, wolę dążenia ku Oświeceniu albo serce przebudzenia. Bodhiczitta reprezentuje wdarcie się do naszej psychiki czegoś transcendentalnego – jest to głębokie duchowe doświadczenie, które trwale zmienia orientację całej naszej świadomości. Ci, których bodhiczitta „wzięła w posiadanie" (czyli ci, w których się ona pojawiła czy powstała) stają się bodhisatwami. Celem życia bodhisatwy jest osiągnięcie Oświecenia, nie tylko dla siebie, lecz dla wszystkich istot.

Bodhisattwą – jak sam termin sugeruje – jest ktoś, kto dąży do osiągnięcia Oświecenia, ktoś, kto całą swą istotą ukierunkowany jest na Oświecenie. Ponadto, bodhisattwą określa się kogoś, „kto dąży do osiągnięcia

Oświecenia nie tylko dla własnego dobra, ale dla dobra wszystkich czujących istot"[174].

Najważniejsza, praktyczna kwestia dotyczy tego, jak stać się bodhisattwą? Inaczej mówiąc, jak w praktyce zrealizować ten wzniosły ideał duchowy? Tradycyjna odpowiedź na to pytanie jest krótka i prosta, ale wymaga obszernego wyjaśnienia. A mianowicie bodhisattwą stajemy się, gdy powstała w nas bodhiczitta[175].

Wróćmy na chwilę do oryginalnego sanskryckiego terminu, czyli bodhiczitta-utpada. „Bodhi" oznacza Oświecenie duchowe czy przebudzenie duchowe i polega na bezpośrednim widzeniu Rzeczywistości. Czitta znaczy „umysł", „myśl", „świadomość" lub „serce". Utpada znaczy „zrodzenie się", „powstanie" albo bardziej poetycko – „przebudzenie".

Bodhiczitta-utpada to jeden z najważniejszych terminów w całym buddyzmie, a na pewno w mahajanie. Zwykle tłumaczony jest na polski jako „powstanie myśli o Oświeceniu", ale właśnie tym bodhiczitta-utpada nie jest. W pewnym sensie trudno o gorszy przekład. To wcale nie jest „myśl o" Oświeceniu. Możemy myśleć o Oświeceniu, ile tylko chcemy. Możemy o nim myśleć, czytać, mówić – gładko mówimy, czym jest albo nie jest Oświecenie i myślimy, że wiemy o nim wszystko. Pewnie myślimy o Oświeceniu nawet teraz. Myśl o Oświeceniu niewątpliwie powstała w naszych umysłach, kiedy tu siedzimy, ale nie powstała bodhiczitta – nie przemieniliśmy się w bodhisattwów.

Bodhiczitta to coś o wiele więcej niż myśl o Oświeceniu. Guenther tłumaczy ją jako oświeconą postawę[176]. Ja sam czasem tłumaczę ją jako wolę ku Oświeceniu albo jako serce Bodhi. Chociaż te wszystkie alternatywne przekłady są znacznie lepsze niż „myśl o Oświeceniu", żaden z nich nie jest naprawdę zadawalający. To nie jest wyłącznie wina poszczególnych języków, ale raczej wina języka w ogóle. Moglibyśmy powiedzieć, że bodhiczitta to bardzo niezadowalające określenie dla bodhiczitty.

---

174 Zob. też przypis 50.

175 Więcej na temat ideału bodhisattwy i bodhiczitty, zob. Sangharakszita, *Wprowadzenie do buddyzmu…*

176 To określenie pojawia się w wielu miejscach w jego tłumaczeniu Gamppopy *The Jewel Ornament of Liberation*, Shambhala, Boston & London 1971.

Bodhiczitta nie jest stanem umysłu (ani jego aktywnością czy funkcją) ani myślą (myślą, którą możemy mieć). Jeśli myślimy o Oświeceniu, to nie jest to bodhiczitta. Bodhiczitta nie ma nic wspólnego z myślą. To nie jest nawet akt woli, jeśli przez to rozumiem moją osobistą wolę. To nawet nie jest bycie świadomym, jeśli przez to rozumiem, że ja jestem świadomy lub my jesteśmy świadomi tego, że jest coś takiego, jak Oświecenie. Bodhiczitta nie jest żadną z tych rzeczy.

Bodhiczitta zasadniczo oznacza manifestację, wręcz wtargnięcie w nas czegoś transcendentalnego. W tradycyjnym ujęciu – myślę o przedstawieniu bodhiczitty przez Nagardżunę w krótkim, lecz głębokim dziele, które napisał na ten temat[177] – mówi się, że bodhiczitta nie zalicza się do pięciu skandh. To jest naprawdę bardzo doniosłe oświadczenie. Daje nam wspaniałą wskazówkę odnośnie natury bodhiczitty. Stwierdzenie Nagardżuny reprezentujące to, co najlepsze w tradycji mahajany, wymaga dogłębnego rozważenia.

Pięć skandh

Skandha to kolejne nieprzetłumaczalne pojęcie tłumaczone jako „skupisko" czy „mieszanina" (albo w równie niezadowalający sposób). W rzeczywistości jest nieprzekładalne. Dosłownie znaczy „pień drzewa", ale to niewiele nam pomoże. Jednakże pięć skandh to jedna z podstawowych kategorii, którymi posługują się nauki buddyzmu. Czy to w palijskiej, czy w sanskryckiej, tybetańskiej czy chińskiej literaturze, ustawicznie pojawiają się odniesienia do pięciu skandh, pięciu skupisk czy pięciu kopców, jak dr Conze tłumaczy ten termin, co znowu niewiele nam pomaga. Powróćmy do pięciu skandh, żebyśmy uzyskali całkowitą pewność, co rozpatrujemy.

Pierwszą z pięciu skandh jest rupa. Rupa, forma cielesna, oznacza wszystko, co jest postrzegane za pomocą zmysłów. Drugą jest wedana, pozytywne albo negatywne uczucia czy emocje. Trzecią jest samdżnia, czyli w bardzo wolnym przekładzie percepcja (czasem tłumaczona też jako doznanie, ale doznanie jest odpowiedniejszym tłumaczeniem dla wedany). Samdżnia to rozpoznanie czegoś jako „właśnie to".

[177] W języku polskim tłumaczenie tekstu *Prezentacja bodhiczitty* znajduje się w broszurze Nagardżuna, *Wybór pism*, tłum. J. Sieradzan, Kraków – przyp. tłum.

Kiedy mówisz: „to jest zegar”, to jest to samdżnia. Rozpoznałeś go jako tę konkretną rzecz. Zidentyfikowałeś go, wskazałeś, określiłeś. Czwarte są samskary. Ten termin jest jeszcze trudniejszy do przetłumaczenia. Przez niektórych uczonych niemieckich tłumaczony jest jako „siły kierujące”. W bardzo dużym przybliżeniu tłumaczy się je jako „działania wolicjonalne”, czyli akty woli. Piąta jest widżniana, czyli świadomość. Jest to świadomość uzyskiwana przez pięć zmysłów fizycznych i przez umysł na różnych poziomach.

To jest pięć skandh: rupa (forma materialna), wedana (uczucie czy emocje, samdżnia (percepcja), samskary (działania woli) i widżniana (świadomość). Jeśli chcemy zrozumieć coś z buddyjskiej metafizyki i filozofii, musimy poznać na wylot tych pięć skandh tak, żebyśmy byli w stanie je wyrecytować i wiedzieć, o czym mówimy.

Myśl buddyjska uważa, że pięć skandh wyczerpuje całe nasze psychofizyczne istnienie. W całym zakresie naszego psychofizycznego istnienia, na wszystkich poziomach, nie ma niczego – ani myśli, ani uczucia, żadnego aspektu naszej fizycznej egzystencji – co nie jest zawarte w jednej z pięciu skandh. Dlatego na początku *Sutry serca*[178] dowiadujemy się, że bodhisattwa Awalokiteśwara, przebywając w głębokiej Doskonałości Mądrości, popatrzył w dół na świat (na uwarunkowaną egzystencję) i zobaczył pięć skupisk (pięć skandh). To właśnie zobaczył. Nic innego, tylko to. Zobaczył, że cała psychofizyczna uwarunkowana egzystencja składa się tylko z tych pięciu procesów; nic, czego nie może zawrzeć w jednej z pięciu skandh, nie pojawia się; nic nie istnieje na uwarunkowanym poziomie egzystencji (poziomie samskryty).

Przebudzenie serca Bodhi

Ale bodhiczitta nie zalicza się do pięciu skandh. Ponieważ pięć skandh obejmuje wszystko, co jest z tego świata, a bodhiczitta nie zalicza się do pięciu skandh, oznacza to, że bodhiczitta jest czymś całkowicie spoza tego świata, czymś transcendentalnym. Nie jest myślą ani wolą, ani ideą, ani pojęciem, ale – jeśli w ogóle musimy używać słów – głębokim doświadczeniem duchowym (czytaj: transcendentalnym), doświadczeniem, które zmienia kierunek całej naszej istoty.

---

[178] *Thirty Years of Buddhist…*, s. 77-8.

Może ta dość niejasna kwestia stanie się jaśniejsza, jeśli posłużę się porównaniem – jest to tylko porównanie – do tradycji chrześcijańskiej. Można wyobrazić sobie, że ktoś związany z chrześcijaństwem mówi o „myśleniu o Bogu". Kiedy mówi o „myśleniu o Bogu", nawet jeśli jest pobożną, chodzącą do kościoła osobą, nie znaczy to wiele – po prostu myśli o Bogu. Może myśleć o Bogu jak o pięknym, starszym panu, siedzącym w chmurach albo jak o Czystej Istocie, ale „myślenie o Bogu" będzie tylko myśleniem o Bogu. Nie nazwalibyśmy tego doświadczeniem duchowym ani jakiegokolwiek rodzaju głębokim doświadczeniem. Jeśli mówimy o „zstąpieniu Ducha Świętego", to jest to zupełnie inna sprawa. Myśleć o Bogu to jedno, ale gdyby zstąpił na kogoś i w kogoś Duch Święty i wypełnił go, to byłaby całkiem inna sprawa.

Tak samo jest w przypadku „myślenia o Oświeceniu" czy „myśli Oświecenia" z jednej strony, a rzeczywistego powstania bodhiczitty z drugiej. Jeśli myśl o Oświeceniu jest analogiczna do myślenia o Bogu, powstanie bodhiczitty jest analogiczne do zstąpienia na kogoś z pełną mocą Ducha Świętego. To porównanie ma tylko zilustrować iluminację, o ile to możliwe. Nie chodzi o stawianie znaku równości między tymi dwoma różnymi doktrynalnymi i duchowymi pojęciami. Interesuje mnie tylko próba wyjaśnienia różnicy między myśleniem o Oświeceniu a powstaniem bodhiczitty. Bodhiczitta nie jest jedynie myślą o Oświeceniu, ale głębokim, duchowym doświadczeniem, a nawet głębokim, duchowym, transcendentalnym bytem.

Bodhiczitta jest transcendentalna, ale nie jest indywidualna. To inny aspekt, na który Nagardżuna zwraca uwagę. Mówimy, że bodhiczitta pojawiła się w tej czy w innej osobie, a więc można pomyśleć, że istniało wiele bodhiczitt – najwyraźniej wielka mnogość – powstałych w różnych ludziach i czyniących z nich wszystkich bodhisattwów. W rzeczywistości dzieje się inaczej. W różnych ludziach mogą powstawać różne myśli (nawet jeśli to są myśli o tej samej rzeczy). Ale tak jak bodhiczitta nie jest myślą o Oświeceniu, nie jest też indywidualną rzeczą, nie należy do kogoś indywidualnie, a więc nie ma wielości bodhiczitt powstających w różnych ludziach. Twoja myśl o Oświeceniu jest twoją myślą o Oświeceniu, moja myśl o Oświeceniu jest moją myślą o Oświeceniu – jest wiele myśli. Ale twoja bodhiczitta jest moją bodhiczittą, a moja bodhiczitta jest twoją bodhiczittą – zatem jest tylko jedna bodhiczitta.

Bodhiczitta jest tylko jedna i jednostki, w których, jak to się mówi, powstała bodhiczitta, uczestniczą w tej jednej bodhiczitcie czy manifestują tę jedną bodhiczittę w różnym stopniu. Pisarze mahajany przytaczają oklepany, ale wciąż piękny przykład księżyca. W tym przykładzie bodhiczittę przyrównuje się do księżyca. Bodhiczitta odbija się, niejako, w różnych ludziach (to znaczy powstaje w różnych ludziach), tak jak księżyc odbija się różnie w różnych zbiornikach wodnych. Jest wiele odbić, lecz tylko jeden księżyc; w ten sam sposób istnieje wiele manifestacji, ale jedna bodhiczitta.

Chociaż użyłem określenia „odbicie", które jest nieco statyczne, nie należy o bodhiczitcie myśleć wyłącznie w statycznych kategoriach. To, co w tradycji mahajany zwane jest absolutną bodhiczittą – bodhiczittą poza czasem i przestrzenią – jest identyczne z samą Rzeczywistością. Bodhiczitta zatem, będąc identyczna z Rzeczywistością, istnieje poza zmianą, czy raczej poza przeciwstawnością zmiany i niezmiany. Dzieje się tak w przypadku względnej bodhiczitty, jak tradycyjnie się ją nazywa. Względna bodhiczitta jest aktywną siłą w działaniu. Dlatego jeśli muszę tłumaczyć termin „bodhiczitta", wolę tłumaczyć go jako „wola Oświecenia" (pamiętając o tym, że mówimy o względnej, jako różnej od absolutnej, bodhiczitcie).

Jednakże wola Oświecenia nie jest aktem woli jednostki. Bodhiczitta nie jest czymś, czego ja chcę. Tak jak nie jest moją myślą, tak nie jest moją wolą. Bodhiczitta nie jest aktem czyjejś indywidualnej woli ani czyjejś indywidualnej myśli. Możemy myśleć o bodhiczitcie (choć może nam tu zabraknąć słów) jak o czymś w rodzaju woli kosmicznej (nie lubię używać słowa „wola", ale trudno znaleźć inne). Możemy myśleć o bodhiczitcie jak o czymś w rodzaju woli kosmicznej działającej we wszechświecie na rzecz tego, co możemy wyobrażać sobie tylko jako uniwersalne zbawienie, wyzwolenie, ostateczne Oświecenie wszystkich czujących istot.

Możemy nawet myśleć o bodhiczitcie jak o czymś w rodzaju ducha Oświecenia obecnego w świecie i prowadzącego jednostki do coraz wyższych stopni duchowej doskonałości. Zatem poszczególni ludzie nie posiadają bodhiczitty. Jeśli ją posiadasz, to nie jest to bodhiczitta. To coś innego – może myśl albo wyobrażenie. Transcendentalna, nieindywidualna, kosmiczna bodhiczitta ci umknęła. Jednostki nie posiadają bodhiczitty. Można powiedzieć, że to bodhiczitta posiada jednostki. Ci, których bodhiczitta „bierze w posiadanie" (w których bodhiczitta

powstaje), stają się bodhisattwami – żyją dla Oświecenia, dążą do urzeczywistnienia najwyższego potencjału zawartego we wszechświecie dla dobra wszystkich istot.

JAK POWSTAJE BODHICZITTA

Bodhiczitta powstaje w rezultacie połączenia dwóch tendencji, które powszechnie uważa się za sprzeczne – tendencji do wycofania oraz tendencji do zaangażowania się. Poprzez refleksję na wadami uwarunkowanej egzystencji rozwijamy Mądrość i chcemy wycofać się ze świata. Jednak poprzez refleksję nad cierpieniami dotykającymi czujące istoty, rozwijamy współodczuwanie i chcemy pozostać, gdzie jesteśmy i pomagać. Łatwo jest podążyć za jedną z tych tendencji, wycofać się i schować w duchowy indywidualizm albo pozostać zaangażowanym w światowe sprawy. Ale podążać za nimi obiema na raz – oto droga bodhisatwy.

Mówi się, że bodhiczitta powstaje w rezultacie połączenia dwóch tendencji, które powszechnie uważa się za sprzeczne. (W zwykłym życiu są one rzeczywiście sprzeczne, w tym sensie, że nie można przejawiać ich obu jednocześnie). Możemy określić je jako 1) tendencję do wycofywania się i 2) tendencję do angażowania się.

Rozważanie wad uwarunkowanej egzystencji

Pierwsza tendencja przejawia się jako całkowite wycofanie ze spraw tego świata, czyli skrajne wyrzeczenie. Wycofujemy się ze świata: ze światowych działań, myśli, związków. To wycofanie wspiera szczególna praktyka zwana rozważaniem wad uwarunkowanej egzystencji. Rozmyślamy o tym, że uwarunkowana egzystencja, życie w kole egzystencji, są nie tylko mało zadowalające, lecz wręcz głęboko niezadowalające, co wiąże się z wszelkiego rodzaju nieprzyjemnymi doświadczeniami: chcemy pewnych rzeczy, ale ich nie dostajemy, lubimy pewnych ludzi, ale jesteśmy od nich oddzieleni, nie chcemy robić pewnych rzeczy, ale musimy. No i cały ten paskudny problem zarabiania na życie. Trzeba się zajmować ciałem fizycznym – karmić je, leczyć, gdy zachoruje. Trzeba troszczyć się o rodzinę – męża, żonę, dzieci, krewnych. Czujemy, że to za wiele i że musimy od tego uciec, wydostać się stąd. Pragniemy uciec z koła

egzystencji w Nirwanę, w stan, gdzie nie ma tego wszystkiego. Odejść od całej zmienności i niestałości tego światowego życia w spokój i odpoczynek wieczności.

Rozważanie cierpień czujących istot

Druga tendencja, tendencja do angażowania się, przejawia się troską o żyjące istoty. Myślimy: „Tak, chciałbym odejść. To byłoby dobre dla mnie. Ale co z innymi ludźmi? Co by się z nimi stało? Niektórzy radzą sobie w życiu gorzej niż ja. Jeśli ich porzucę, jak im uda się wydostać?".

Tendencję tę wspomaga rozważanie cierpień czujących istot. Mając tendencję do wycofania się, rozmyślamy nad wadami uwarunkowanej egzystencji tylko o tyle, o ile nas one dotyczą, a tutaj rozmyślamy nad nimi, ponieważ dotykają innych żyjących istot. A zatem rozmyślamy nad cierpieniami żyjących istot.

Wystarczy spojrzeć wkoło na ludzi, których znamy – na swoich przyjaciół i znajomych – i pomyśleć o wszelkich ich kłopotach. Może ktoś stracił pracę i nie wie, co począć. Czyjeś małżeństwo się rozpadło. Ktoś inny jest załamany psychicznie. Ktoś jest pogrążony w żałobie, może stracił męża albo żonę czy dziecko. Jeśli się nad tym zastanowimy, zrozumiemy, że nie znamy ani jednej osoby, która w jakiś sposób nie cierpi. Nawet jeśli ktoś jest szczęśliwy (w zupełnie zwyczajnym sensie), to i tak musi znosić oddzielenie, chorobę, słabość i zmęczenie starości, a w końcu śmierć, której bez wątpienia nie chce.

Jeśli spojrzymy szerzej, możemy rozmyślać nad tym, jak dużo jest cierpienia w wielu rejonach świata. Wybuchają wojny. Zdarzają się różnego rodzaju katastrofy, powodzie i głód. Czasem ludzie umierają w straszliwy sposób – a wystarczy pomyśleć tylko o II wojnie światowej i ludziach, którzy zmarli w obozach koncentracyjnych. Możemy spojrzeć jeszcze szerzej i pomyśleć o zwierzętach: jak cierpią nie tylko przez inne zwierzęta, ale i z rąk człowieka. Zobaczymy wtedy, że cały świat żyjących istot pogrążony jest w cierpieniu – jest go tak wiele! Wskutek refleksji nad cierpieniem czujących istot nachodzi nas myśl: „Jak mogę myśleć o porzuceniu tego wszystkiego? Jak mogę myśleć o odejściu w jakąś osobistą Nirwanę, co może być bardzo zadowalające dla mnie osobiście, ale co im nie pomoże?".

Doświadczamy więc swoistego konfliktu, jeśli jesteśmy na tyle pojemni, żeby pomieścić w sobie taki konflikt. Z jednej strony chcemy odejść, z drugiej chcemy tu pozostać. Przejawiamy tendencję do wycofania się i do zaangażowania. Wybranie jednej z tych możliwości jest łatwe: łatwo jest albo się wycofać w duchowy indywidualizm, albo pozostać zaangażowanym w światowe życie. Wielu ludzi faktycznie wybiera łatwe rozwiązanie – niektórzy odejście, inni pozostanie. Niektórzy odchodzą w duchowy indywidualizm, osobiste doświadczenia duchowe. Inni pozostają w świecie, ale w zupełnie świeckim sensie, bez głębszej duchowej perspektywy.

Pamiętanie o Buddzie

W istocie próbujemy tu wyjaśnić, że obie te tendencje – do wycofania się i do zaangażowania – chociaż sprzeczne, trzeba rozwinąć w życiu duchowym. Można powiedzieć, że tendencja do wycofania się obejmuje aspekt mądrości życia duchowego, pradżnię, a tendencja do zaangażowania się obejmuje aspekt współczucia, karunę. Trzeba rozwijać i jedno, i drugie. Pomocne w tym połączonym rozwoju jest refleksja nad Buddą. Ciągle utrzymujemy w pamięci ideał niezrównanego, doskonałego Oświecenia, Oświecenia dla dobra wszystkich czujących istot, którego najdoskonalszym przykładem jest Budda Gautama, historyczny nauczyciel.

Nie możemy pozwolić, aby napięcie między tymi dwiema tendencjami osłabło. Kiedy na to pozwolimy, to w pewnym sensie jesteśmy zgubieni. Choć te tendencje są sprzeczne, trzeba podtrzymywać obie jednocześnie. Trzeba odejść i pozostać, widzieć wady uwarunkowanej egzystencji, a jednocześnie odczuwać cierpienia czujących istot, rozwijać zarówno mądrość, jak i współczucie.

Kiedy podąża się za tymi dwiema tendencjami równocześnie, napięcie coraz bardziej wzrasta (oczywiście nie jest to napięcie psychologiczne, ale duchowe). Narasta aż do punktu, kiedy już nie możemy iść dalej. Kiedy osiągamy ten punkt, coś się wydarza. Trudno to opisać, ale tymczasowo możemy nazwać to eksplozją, co oznacza, że w rezultacie napięcia tworzonego przez podążanie za obiema tymi tendencjami równocześnie, następuje przedarcie się do wyższego wymiaru świadomości duchowej,

na którym te dwie tendencje – do wycofania i do zaangażowania – nie są już dwiema. Nie dlatego, że zostały sztucznie połączone w jedną, ale dlatego, że wznieśliśmy się ponad poziom, na którym istniał ich dualizm albo na którym mogły być dwiema rzeczami.

Kiedy dokonujemy tego przełomu, doświadczamy jednoczesnego wycofania i zaangażowania, jesteśmy jednocześnie „w" i „poza". Mądrość i współczucie stają się niedwoiste (jeśli to do nas przemawia, możemy powiedzieć, że stały się jednym, ale to nie jest jeden w sensie arytmetycznym). Kiedy następuje eksplozja, kiedy po raz pierwszy zarówno wycofaliśmy się, jak i jesteśmy zaangażowani, kiedy mądrość i współczucie stoją nie „obok siebie", lecz są „jednym", wtedy można powiedzieć, że powstała bodhiczitta.

Cztery wielkie ślubowania

Zgodnie z tradycją buddyjską, to doświadczenie znajduje swój wyraz w formie czterech wielkich ślubowań bodhisattwy. Po pierwsze, bodhisattwa ślubuje, że wybawi wszystkie istoty z trudności (trudności nie tylko natury duchowej, ale nawet natury przyziemnej). Po drugie, ślubuje, że zniszczy w swoim umyśle wszystkie duchowe splamienia czy zanieczyszczenia oraz pomoże także innym żyjącym istotom to uczynić. Po trzecie, ślubuje, że będzie poznawał Dharmę we wszystkich jej aspektach, praktykował ją, urzeczywistniał i uczył jej innych. Po czwarte, ślubuje, że będzie pomagał na wszelkie możliwe sposoby prowadzić wszystkie istoty do niezrównanego, Doskonałego Oświecenia.

OŚWIECENIE, WIECZNOŚĆ I CZAS

Budda jest jedynym w swoim rodzaju, wyróżniającym się typem człowieka, kimś, kogo nie sposób zaklasyfikować ani zaszufladkować. Tradycja buddyjska pospieszyła nam z pomocą w zrozumieniu różnych aspektów istnienia Buddy, wprowadzając rozróżnienie między rupakają Buddy, czyli jego fizycznym pojawieniem się w świecie zjawisk, a dharmakają, czyli Buddą w prawdziwej postaci. Rupakaja dosłownie oznacza ciało formy, a dharmakaja ciało prawdy albo ciało rzeczywistości. Rupakaja to Budda istniejący w czasie, dharmakaja – Budda istniejący poza czasem, w wymiarze wieczności.

Wiemy, nawet z naszego zwykłego, życiowego doświadczenia, że na tę samą rzecz możemy patrzeć z różnych perspektyw czy z wielu punktów widzenia. Możemy też patrzeć na jeden i ten sam obiekt z różnych poziomów istnienia czy rzeczywistości. Na przykład, możemy na coś patrzeć z punktu widzenia czasu, a także z punktu widzenia tak zwanej wieczności, całkowicie oddzielonej od czasu, ponad i poza czasem. W pierwszym przypadku, kiedy widzimy rzeczy i zjawiska w kategoriach przestrzeni i czasu, widzimy je jako procesy. W drugim przypadku, kiedy widzimy je w wymiarze wieczności, widzimy je jako niezmienne rzeczywistości. (Gdy używam słowa „niezmienne", nie chodzi mi o to, że te szczególne zjawiska pozostają niezmienne w procesie czasowym, ale że są one na zewnątrz czasu, ponad i poza czasem, w całkowicie innym wymiarze).

Poznaliśmy już główne wątki z życia Buddy. Wiemy, że Budda urodził się w ogrodzie Lumbini, wiemy, jaką uzyskał edukację i jak opuścił dom. Wiemy, jak osiągnął Oświecenie w wieku trzydziestu pięciu lat, jak nauczał Dharmy i jak umarł. Ale nie zawsze pamiętamy o jednym aspekcie dotyczącym biografii Buddy, a mianowicie że opowiada ona w pewnym sensie o dwóch całkowicie różnych osobach (możemy nazywać ich Siddharthą i Buddą), którzy są od siebie oddzieleni doświadczeniem Oświecenia.

Oświecenie Buddy było głównym wydarzeniem jego życia. Ale jak o nim myślimy? Zwykle myślimy o Oświeceniu obrazowo, jako o punkcie szczytowym w życiu Buddy, a o jego życiu przed Oświeceniem jak o łagodnym wspinaniu się na szczyt (odejście z domu, medytacja w dżungli itp., etapy tej wspinaczki), natomiast o jego życiu po osiągnięciu Oświecenia może jak o łagodnym schodzeniu ze szczytu. Myślimy, że po swoim Oświeceniu Budda był mniej więcej taki sam, jak przedtem (oczywiście poza tym, że był Oświecony).

Gdybyśmy przebywali z Buddą kilka miesięcy przed i kilka miesięcy po tym, jak został Oświecony, niemal na pewno nie moglibyśmy dostrzec w nim żadnej różnicy. W końcu widzielibyśmy to samo ciało fizyczne i pewnie to samo ubranie, mówiłby tym samym językiem i miał te same ogólne cechy.

Dlatego na ogół uważamy Oświecenie za ostatni szlif w procesie, który przebiegał od bardzo długiego czasu, za włos, który przeważył szalę, za tę drobną zmianę, która wszystko zmienia. Ale to zupełnie nie tak.

Oświecenie – Buddy czy kogokolwiek innego – symbolizuje punkt przecięcia czasu i wieczności. Ściśle biorąc, tylko linia może przeciąć inną linię i chociaż czas możemy przedstawić jako linię, to wieczności nie możemy, zatem trudno naprawdę mówić o wieczności przecinającej się z czasem. Może raczej powinniśmy myśleć o czasie jak o linii, która zamiast rozwijać się bez końca, w pewnym punkcie po prostu się zatrzymuje. W tym „punkcie przecięcia" pierwsza linia, czas, nie jest przecinana przez inną linię, ale po prostu się zatrzymuje. Albo znika w nowym wymiarze. Czas znikający w nowym wymiarze wieczności możemy porównać do rzeki wpływającej do oceanu. Porównanie to jest dość banalne, ale jeśli się go nie traktuje zbyt dosłownie, jest użyteczne. Możemy je ulepszyć, wyobrażając sobie, że ocean znajduje się tuż za horyzontem i dlatego go nie widać. Wtedy wydaje się, jakby rzeka po prostu się zatrzymywała (na horyzoncie) albo wpływała w nicość. A więc czas kończy się w wieczności, po nim następuje wieczność. Właśnie to rozumiemy przez Oświecenie. Z punktu widzenia czasu Siddhartha staje się Buddą, rozwija się w Buddę. Ale z punktu widzenia wieczności Siddhartha przestaje istnieć, znika – jak rzeka znikająca na horyzoncie – a Budda zajmuje jego miejsce albo po prostu tam jest, ponieważ przez cały czas tam był.

Historia Angulimali

Historia Angulimali[179] ilustruje właśnie kwestię dwóch wymiarów, czasu i wieczności. Angulimala był słynnym bandytą. Żył w ogromnym lesie, gdzieś w środkowych Indiach. Miał dość nieprzyjemny zwyczaj: chwytał podróżnych przechodzących lasem i ucinał im palec. Zatrzymywał wszystkie palce i robił z nich girlandę, którą nosił na szyi. Właśnie z tego powodu nazwano go Angulimalą, co znaczy „ten, który ma girlandę z palców" (anguli to „palec", a mala to „girlanda").

Kiedy zaczyna się opowieść, Budda właśnie przechodził przez ten las. Wieśniacy, którzy wiedzieli o Angulimali, ostrzegli Buddę przed niebezpieczeństwem i próbowali mu wyperswadować wchodzenie do lasu. Ale on oczywiście zignorował ich ostrzeżenia i wyruszył. W dniu, w którym

[179] *Majjhima-nikaya*, *Sutta nr 86*, [w:] Bhikkhu Nanamoli, *The Life of the Buddha*, Buddhist Publication Society, Ceylon 1978, s. 134 i n.

się to zdarzyło, Angulimalę zaczęła ogarniać desperacja. Widocznie miał wtedy dziewięćdziesiąt osiem palców, a chciał mieć sto. Jego stara matka mieszkała z nim w lesie. Gotowała mu – stara oddana dusza. A on właśnie postanowił uciąć jej palec, ponieważ miał już dość czekania (a może ona mu też trochę dokuczała). Postanowił zabrać jej palec, bo potem do stu brakowałby mu tylko jednego. Ale jak tylko zobaczył nadchodzącego Buddę, zmienił zamiar. Pomyślał: „Zawsze mogę wrócić i odciąć jej palec. Pójdę i wezmę najpierw palec tego mnicha".

Było piękne popołudnie. Panował wielki spokój. Słychać było tylko śpiew ptaków siedzących na drzewach. Budda szedł powoli, jakby zatopiony w medytacji, wąską ścieżką wijącą się przez las. Angulimala planował niepostrzeżenie podkraść się do Buddy z tyłu, skoczyć na niego i odciąć mu palec, zanim ten zdąży zaprotestować czy podjąć walkę. A więc wynurzył się z leśnych cieni i chyłkiem zaczął za nim podążać.

Szedł za Buddą jakiś czas, kiedy zauważył, że dzieje się coś dziwnego. Chociaż zdawał się iść znacznie szybciej niż Budda, dystans między nimi nie zmniejszał się. Budda był przed nim, idąc powoli. On z tyłu szedł o wiele szybciej, ale nie zbliżał się do Buddy. A więc przyspieszał kroku, aż w końcu zaczął biec. Ale Budda nadal był daleko z przodu w tej samej odległości, wciąż krocząc powoli i świadomie. Kiedy Angulimala zdał sobie sprawę z tego, co się dzieje, oblał się potem ze strachu i zdumienia. Postanowił zdobyć się na ostatni wysiłek, ostatni raz zerwać się do biegu. Zebrał wszystkie siły i pognał. Ale znów nie zbliżył się do Buddy, mimo że Budda wydawał się iść jeszcze wolniej.

Zdesperowany Angulimala wykrzyknął do Buddy: „Stój!". Budda odwrócił się i powiedział: „Ja stoję. To ty się poruszasz". Na to Angulimala, który mimo lęku zachował znaczną przytomność umysłu, odpowiedział: „Przecież jesteś mnichem, śramaną, to jak możesz kłamać? Mówisz, że stoisz, a ja nie mogę cię dogonić, chociaż biegnę najszybciej, jak potrafię. Jak możesz mówić, że stoisz?". Budda powiedział: „Stoję, ponieważ stoję w Nirwanie. Ty się poruszasz, ponieważ kręcisz się w kole samsary". Taka była odpowiedź Buddy. Angulimala oczywiście został uczniem Buddy.

Angulimala nie mógł dogonić Buddy, ponieważ Budda poruszał się – czy stał, co tutaj jest tym samym – w innym wymiarze. Angulimala, reprezentujący czas, nie mógł dogonić Buddy reprezentującego wieczność.

Niezależnie od tego, jak długo biegnie czas, nigdy nie dochodzi do punktu, w którym dogania wieczność. Angulimala mógłby wciąż biec do teraz, przez dwa i pół tysiąca lat, ale nie dogoniłby Buddy; dystans między nimi byłby taki sam.

Wielka śmierć

Wracając do naszego głównego tematu, widzieliśmy, że osiągnięcie Oświecenia oznacza wejście w nowy wymiar istnienia, nieprzedłużanie starego, choćby nie wiem jak subtelnego. Po osiągnięciu Oświecenia pod drzewem Bodhi Budda stał się inną, a nawet nową osobą.

Niestety, na ogół o Oświeceniu Buddy myślimy w kategoriach własnego doświadczenia życiowego. W ciągu swojego życia przechodzimy przez różne doświadczenia, uczymy się różnych rzeczy, udajemy się do różnych miejsc i spotykamy różnych ludzi, ale w głębi można w nas rozpoznać tę samą osobę. Być może jesteśmy tą samą osobą teraz, co dwadzieścia lub trzydzieści lat temu, kiedy byliśmy dzieckiem. Bardzo często tak jest. Nie udaje się nam wyrosnąć z postaw naszego wczesnego dzieciństwa i często pozostajemy głęboko, dramatycznie i smutnie uwarunkowani naszą dziecięcą przeszłością. Wszelkie zmiany, jakie zachodzą w nas w czasie naszego życia, są względnie powierzchowne. I choć spotykamy buddyzm i przyjmujemy Schronienie w Buddzie, to jednak nie następuje zbyt głęboka zmiana.

Ale doświadczenie Oświecenia Buddy było inne. Nie stanowiło małej, marginalnej, powierzchownej zmiany. To było coś o wiele głębszego i znacznie bardziej radykalnego. Przypominało zmianę, jaka zachodzi między dwoma żywotami, kiedy umierasz dla jednego życia i odradzasz się w innym, a między nimi znajduje się wielka luka. Doświadczenie Oświecenia bardziej przypomina śmierć. I faktycznie, w niektórych tradycjach buddyjskich Oświecenie nazywane jest wielką śmiercią. Kiedy doznajemy Oświecenia, cała przeszłość umiera, ulega unicestwieniu, a my całkowicie się odradzamy.

W przypadku Buddy Siddhartha umiera. To nie jest jedynie zmieniony, udoskonalony, poprawiony Siddhartha. Siddhartha się skończył. Siddhartha umiera u stóp drzewa Bodhi, a rodzi się Budda. Budda zaczyna istnieć dopiero po śmierci Siddharthy. Mówimy, że Budda się „rodzi", ale to nawet nie jest tak. Naprawdę, w chwili, kiedy umiera Siddhartha,

widzimy, że Budda żył cały czas. (Przez „cały czas" w istocie rozumiemy ponad i poza czasem, całkowicie spoza czasu).

Inną ważną refleksją myśli buddyjskiej i zachodniej myśli metafizycznej jest idea, że czas i przestrzeń nie istnieją, jak zwykle sądzimy, same w sobie. Myślimy o przestrzeni jak o czymś w rodzaju pudełka, w którym wszystko się porusza; myślimy o czasie jak o czymś w rodzaju tunelu, którym wszystko się porusza. Ale czas i przestrzeń takie nie są. Tak naprawdę czas i przestrzeń są formami naszej percepcji: postrzegamy rzeczy pod postacią czasu i pod postacią przestrzeni. Kiedy widzimy, czy doświadczamy rzeczy pod tymi postaciami, przez te „okulary", przez te wymiary, mówimy o nich jak o zjawiskach. Te zjawiska tworzą świat względnej, uwarunkowanej egzystencji, czyli to, co buddyści nazywają samsarą. Ale kiedy wchodzimy w wymiar wieczności, wychodzimy poza czas i przestrzeń i dlatego wychodzimy poza zjawiska, które są tylko realiami widzianymi pod postacią czasu i przestrzeni. Wychodzimy poza samsarę i (w terminologii buddyjskiej) wchodzimy w Nirwanę albo (w terminologii hinduistycznej) idziemy od ciemności do światła, od nierzeczywistego do rzeczywistego, od śmierci do nieśmiertelności.

Oświecenie często określane jest jako przebudzenie na prawdę o rzeczach. Jest widzeniem rzeczy takimi, jakimi są, a nie jakimi wydają się być – prawdziwym widzeniem, wolnym od wszelkich zasłon; widzeniem całkowicie obiektywnym, bez wpływu jakichkolwiek uwarunkowań psychologicznych. Określa się je jako „stanie się jednym ze wszystkim", stanie się jednym z Rzeczywistością. Budda, ten, który przebudził się na tę Prawdę, który istnieje niejako poza czasem w wymiarze wieczności, może być uważany zatem za samą Rzeczywistość w ludzkiej formie. Forma jest ludzka, ale substancją jest Rzeczywistość. To właśnie oznacza stwierdzenie, że Budda jest oświeconym człowiekiem. Forma jest ludzka, ale nie ma zwykłego uwarunkowanego ludzkiego umysłu. W miejscu uwarunkowanego ludzkiego umysłu, z wszystkimi jego uprzedzeniami, przyjętymi z góry osądami i ograniczeniami, jest doświadczenie albo świadomość samej Rzeczywistości. Dlatego Budda symbolizuje, reprezentuje Rzeczywistość w ludzkiej formie.

Ten, który nie podąża żadną ścieżką

Budda jest całkowicie odmiennym, zupełnie wyjątkowym rodzajem człowieka i jako taki nie może być zaklasyfikowany czy zaszeregowany. Taki jest morał opowieści o spotkaniu Buddy, krótko po jego Oświeceniu, z Upaką, nagim ascetą[180]. Upaka próbował zaklasyfikować Buddę jako dewę, jakszę, gandharwę, nawet jako człowieka, ale Budda odrzucił te wszystkie kategorie i powiedział, że skoro przekroczył wszelkie uwarunkowania psychologiczne, z uwagi na które mógłby zostać nazwany dewą, jakszą, gandharwą czy człowiekiem, jest po prostu buddą – tym, który jest wolny od wszystkich tych uwarunkowań.

Często ludzie chcą nas zaklasyfikować do jakiejś kategorii. W Indiach, szczególnie południowych, jednym z pierwszych pytań zadawanych wszędzie i przez wszystkich jest: „Do jakiej kasty należysz?". Jeśli nie mogą nas zaszeregować do jakiejś kasty, nie wiedzą, jak nas traktować. Nie wiedzą, czy mogą przyjąć wodę z naszych rąk, czy nie, czy mogą utrzymywać z nami kontakt, czy nie, czy możemy poślubić ich córkę, czy nie. Wszystkie te rzeczy są bardzo ważne.

To samo jest na Zachodzie, chociaż tu nie jesteśmy tak bezpośredni. Ludzie próbują wyciągnąć z nas te same informacje. Pytają o wykonywany zawód – tak próbują określić dochody. Pytają, gdzie mieszkamy, gdzie się urodziliśmy, gdzie się kształciliśmy. Zbierając te różne socjologiczne dane, mogą stopniowo zawęzić pole, aż będą nas „mieli", aż poczują, że znaleźli dla nas przegródkę, zaszufladkowali nas.

Ale nie można tego zrobić z Buddą (tak naprawdę nie można tego zrobić ze zwykłym człowiekiem, chociaż można próbować i nawet może się to w dużym stopniu udać). Kiedy Upaka stwierdził, że nie może ustalić, kim jest Budda, nie wiedział, co zrobić. Według relacji po prostu potrząsnął głową i powiedział: „Niech ci będzie", i odszedł. Nie mógł zaklasyfikować Buddy.

Ta sama idea – że Buddy nie można zaklasyfikować – wyrażona jest w pierwszym wersecie *Buddhawaggi* w *Dhammapadzie*, gdzie Budda mówi:

---

180 To jest epizod z *Ariya-pariyesana-sutta*, *The Middle Length Sayings…*, t. I., 170-1, s. 214.

Na której ścieżce odnajdziesz tego,
który nie podąża żadną ścieżką,
Oświeconego, którego sfera jest bezgraniczna,
którego zwycięstwa nic nie cofnie,
którego nie ściga nawet cień przezwyciężonych namiętności?[181].

Budda nie idzie żadną określoną ścieżką – jest jak ptak lecący po niebie. Nie da się odnaleźć ptaka, podążając jego ścieżką na niebie – nie zostawia tam żadnego śladu. Nie da się odnaleźć Buddy, ponieważ należy do innego wymiaru, wymiaru transcendentalnego, wymiaru wieczności.

Ta sama myśl wyrażona jest też w *Sutta-nipata*, gdzie Budda mówi:

Na człowieka, który osiągnął cel,
Nie ma miary, zgodnie z którą
Można by powiedzieć,
On jest taki: do niego się to stosuje.
Kiedy usunięte są wszystkie warunki,
Usunięte są wszystkie określenia[182].

Kiedy ktoś usunął w sobie wszystkie psychologiczne uwarunkowania, nie można niczego o nim powiedzieć – właśnie taki jest Budda. Ta sama myśl wyrażona jest bardziej abstrakcyjnie w czterech twierdzeniach z listy „czternastu niewyrażalnych rzeczy". Te cztery twierdzenia to: 1) czy Budda istniał po śmierci, 2) czy nie, 3) czy i istniał i nie istniał, 4) czy ani istniał ani nie istniał. Niektórzy starożytni Hindusi mieli obsesję na tym punkcie. Przychodzili do Buddy i mówili: „Powiedz nam, proszę, czy kiedy umrzesz, będziesz nadal żył, czy nie, czy i będziesz żył i nie będziesz żył, czy też ani będziesz żył ani nie będziesz żył?". Budda zawsze odrzucał wszystkie cztery twierdzenia. Mówił: „Jest rzeczą niestosowną, nieodpowiednią mówić o Buddzie, że po śmierci będzie nadal istniał; także rzeczą nieodpowiednią jest mówić, że po śmierci przestanie istnieć; również rzeczą nieodpowiednią jest mówić, że będzie nadal istniał i przestanie istnieć, a także rzeczą nieodpowiednią jest mówić, że ani nie będzie dalej istniał, ani nie przestanie istnieć". Potem

181 *The Dhammapada*, rozdz. *Budddhavagga*; *Oświecony*, w. 179.

182 *Woven Cadences of the Early Buddhists*, tłum. E.M. Hare, Oxford University Press, London 1947, rozdz. 5, *The Way to the Beyond*, strofa 1076.

dodawał: „Wszystko to jest nieodpowiednie i niestosowne, ponieważ nawet w ciągu życia – nawet, kiedy przebywa w ciele fizycznym – Budda jest poza wszystkimi waszymi klasyfikacjami: nic nie można o nim powiedzieć".

Budda jest osobą, o której nie można powiedzieć niczego, ponieważ niczego nie ma; w pewnym sensie jest niczym. Dlatego w *Sutta-nipata* oświecona istota określona jest jako *akinczanna*[183], co zwykle tłumaczy się jako „człowiek bez niczego", ten, który nie ma niczego, ponieważ jest niczym. O takiej osobie nic nie można powiedzieć. To zupełnie zbija z tropu ludzki umysł.

Wielu oświeconych uczniów Buddy czuło, że w było w nim coś bardzo tajemniczego, coś, czego nawet oni – którzy sami byli oświeceni – nie mogli zrozumieć ani zgłębić. Wiąże się z tym opowieść, dość charakterystyczna dla Buddy[184]. Kiedyś w obecności Buddy, z nadmiaru wiary i oddania, Śariputra powiedział: „Panie, sądzę, że jesteś największym ze wszystkich oświeconych, jacy kiedykolwiek istnieli czy będą kiedykolwiek istnieć, czy też istnieją teraz". Słysząc to, Budda nie był ani zadowolony, ani niezadowolony. Nie powiedział: „Jakim jesteś wspaniałym uczniem, jak doskonale mnie rozumiesz". Zapytał tylko: „Śariputro, czy poznałeś wszystkich buddów przeszłości?". Śariputra odpowiedział: „Nie, Panie". Wtedy Budda powiedział: „Czy znasz wszystkich buddów przyszłości?". Śariputra przyznał, że nie. Budda zapytał: „Czy znasz wszystkich obecnych buddów?". Znowu Śariputra musiał przyznać, że nie. A więc Budda spytał: „Czy znasz chociaż mnie?". Śariputra powiedział: „Nie, Panie". Wtedy Budda rzekł: „W takim razie, dlaczego wypowiadasz takie zuchwałe i wielkie słowa?". To pokazuje, że nawet najmądrzejszy z uczniów, Śariputra, nie zdołał w pełni zrozumieć Buddy.

Rupakaja i dharmakaja

Po śmierci Buddy poczucie jego uczniów, że był on niezgłębiony, że nawet chociaż byli oświeceni przypuszczalnie tak samo jak on, to w istocie nie mogli go w ogóle zrozumieć, znalazło wyraz w utworzonej liście dziesięciu

183 Tamże, *The Chapter of the Snake*, rozdz. 1, strofa 176.

184 *Maha-parinibbana Suttanta*, [w:] *Dialogues of the Buddha (Digha-Nikaya)*, tłum. T.W. Rhys Davids, Pali Text Society, London 1977, cz. II, 82.

mocy[185] i osiemnastu szczególnych właściwości, które mu przypisali, żeby go odróżnić od innych, jedynie wyzwolonych i oświeconych uczniów.

Wszystko skrystalizowało się ostatecznie w bardzo ważne rozróżnienie poczynione w odniesieniu do Buddy. Jest to rozróżnienie między tym, co zostało nazwane jego rupakają, fizycznym, zjawiskowym przejawem, a jego dharmakają, prawdziwą, esencjonalną formą. Rupakaja dosłownie znaczy „ciało formy", a dharmakaja – „ciało Prawdy" czy „ciało Rzeczywistości". Rupakaja to Budda istniejący w czasie; dharmakaja to Budda istniejący poza czasem, w wymiarze wieczności. To dharmakaja jest prawdziwym ciałem. Jasno to wynika, na przykład z napomnienia, jakiego Budda udzielił Wakkaliemu.

Mnich Wakkali był bardzo oddany Buddzie. Był tak bardzo zafascynowany wyglądem i osobowością Buddy, że przez cały czas tylko siedział i patrzył na Buddę. Nie chciał żadnej nauki, nie miał żadnych pytań, chciał tylko patrzeć na Buddę. Pewnego dnia Budda wezwał go i powiedział: „Wakkali, nie jestem tym fizycznym ciałem. Jeśli chcesz mnie zobaczyć, zobacz Dharmę, zobacz dharmakaję, zobacz moją prawdziwą formę"[186]. Ten sam punkt widzenia wyrażony jest w dwóch słynnych wersetach z *Sutry diamentowej*, gdzie Budda mówi do Subhutiego:

Ci, którzy widzieli mnie poprzez moją formę [czyli przejaw fizyczny],
Ci, którzy poszli za moimi słowami,
Podjęli niewłaściwy wysiłek.
Ci ludzie nie ujrzą mnie.
Buddów powinno się widzieć z punktu widzenia Dharmy,
Ich przewodnictwo pochodzi z ich ciał Dharmy.
Jednak prawdziwej natury Dharmy nie można postrzec
I nie można uświadamiać jej sobie jako przedmiotu [187].

Większość z nas, jak Wakkali, próbuje widzieć Buddę w niewłaściwy sposób. Nie chodzi o to, że powinniśmy ignorować rupakaję, ciało fizycz-

---

185 Dziesięć mocy wymienionych jest w *Mahasihanada-sutta*, [w:] *Majjhima-Nikaya.* Zob. Sangharakszita, *Wprowadzenie do buddzymu…*

186 *The Books of the Kindred Sayings (Samyutta-Nikaya)…*, t. III, 120, s. 103. Cyt. też *Some Sayings of the Buddha…*, s. 85-6.

187 *Buddhist Wisdom Books…*, s. 63.

ne, ale powinniśmy uważać je za symbol dharmakai, prawdziwej formy i prawdziwego ciała – symbol Buddy, jakim jest w swojej ostatecznej istocie, ponad i poza czasem, w wieczności.

„CEL" – NIRWANA

Słuchając wykładu, w trakcie którego pada stwierdzenie, że Nirwana jest najwyższym szczęściem, możemy sobie pomyśleć: „O! tego mi właśnie potrzeba!", i zdecydować, że Nirwana będzie od teraz naszym celem. Ale to nie ma nic wspólnego z buddyzmem. Jedynie uczepiliśmy się nowego celu, ponieważ tak się składa, że odpowiada on naszym subiektywnym potrzebom i odczuciom w danym momencie. Nirwany nie da się osiągnąć używając idei Nirwany (czy to jako najwyższego szczęścia, czy jakiegokolwiek innego), jako ucieczki od uczucia nieszczęśliwości.

Większość naszych problemów (jeśli nie wszystkie) sprowadza się do kwestii szczęścia i nieszczęścia. Co zwykle robimy, gdy z jakichś powodów czujemy się nieszczęśliwi? Na pewno zwykle nie pytamy siebie, dlaczego jesteśmy nieszczęśliwi. Jeśli w ogóle o to pytamy, to tylko powierzchownie i udzielamy sobie tylko powierzchownej odpowiedzi dotyczącej symptomów i spraw zewnętrznych. Zwykle, kiedy jesteśmy nieszczęśliwi, próbujemy uciec od tego uczucia. Czujemy się nieszczęśliwi i po prostu odbijamy się – albo próbujemy się odbić – rykoszetem od tego stanu do stanu przeciwnego (bycia szczęśliwym). Zwykle chwytamy się jakiegoś przedmiotu lub doświadczenia, które, jak wierzymy, da nam to brakujące szczęście, które szukamy. Inaczej mówiąc, zwykle obieramy szczęście za swój cel i usiłujemy go osiągnąć.

Próbujemy uciec od doświadczenia nieszczęścia i osiągnąć swój cel – szczęście. Ale na tym polu, jak bardzo dobrze wiemy, prawie zawsze doznajemy porażki. W końcu przez całe życie, w taki czy inny sposób, szukamy szczęścia – nikt nie szuka nieszczęścia. Wszyscy stawiają sobie za cel szczęście, ale nikomu nie udaje się go osiągnąć. Nikt nie może powiedzieć, że jest tak szczęśliwy, iż nie mógłby sobie wyobrazić choćby odrobinę większego szczęścia. Większość ludzi, jeśli są wobec siebie uczciwi, przyzna, że w ich życiu panuje mniej lub więcej niepokoju i niezadowolenia, przerywanego tylko krótkimi przebłyskami szczęścia i radości, które dają im chwilowe zapomnienie,

jeśli nie o swojej rzeczywistej niedoli, to przynajmniej niepokoju i niezadowolenia.

Wszystko to doprowadza nas do najważniejszej zasady, która mówi, że wyznaczanie sobie w ten sposób celów staje się substytutem świadomości czy samopoznania. Jeśli czujemy się nieszczęśliwi, zamiast próbować zrozumieć dlaczego, stawiamy sobie za cel bycie szczęśliwym, żeby uciec od nieszczęścia. To jest automatyczne czy instynktowne. Nie ma w tym żadnej świadomości czy samopoznania.

Nie powinniśmy próbować uciekać od siebie samych. Powinniśmy najpierw pozostać ze sobą takimi, jakimi jesteśmy. Powinniśmy próbować zrozumieć, o wiele głębiej niż tylko intelektualnie, dlaczego jesteśmy tym, czym jesteśmy. Jeśli cierpimy, zaakceptujmy cierpienie i postarajmy się zrozumieć, dlaczego cierpimy. Albo też, jeśli jesteśmy szczęśliwi, zaakceptujmy szczęście (nie czujmy się winni z jego powodu) i powód naszego szczęścia. To nie ma być tylko intelektualne zrozumienie – powinno sięgać naprawdę bardzo głęboko. Dla niektórych ludzi to wniknięcie, czy wgląd, nadejdzie podczas medytacji. Medytacja nie jest tylko skupieniem umysłu na przedmiocie, czy obracaniem w umyśle jakiejś idei. Medytacja obejmuje, między innymi, zejście do podstaw własnego umysłu i oświetlenie go niejako od spodu. Inaczej mówiąc, wiąże się z ujawnieniem własnych motywacji, głęboko zakorzenionych przyczyn własnych stanów umysłu, przyczyn zarówno radości, jak i smutku. W ten sposób w świadomości nastąpi prawdziwy rozwój.

Następnie, jeśli chodzi o Nirwanę, można ją opisać na różne sposoby. Na przykład jeden z wersetów Dhammapady brzmi: „Nibbanam paramam sukham"[188], „Nirwana jest najwyższym szczęściem". Załóżmy, że czujemy się nieszczęśliwi; załóżmy, że przechodzimy przez trudny okres, mamy wiele zmartwień i jesteśmy przygnębieni. Załóżmy, że w tym stanie słuchamy wykładu, w trakcie którego pada stwierdzenie, że Nirwana jest najwyższym szczęściem. Jak reagujemy? Myślimy sobie: „Dobrze, tego właśnie pragnę" – i postanawiamy uczynić Nirwanę swoim celem. Ale to, można powiedzieć, jest szczyt nieświadomości. To nie ma nic wspólnego z buddyzmem. Uczepiliśmy się Nirwany (określonej jako „najwyższe szczęście"), ponieważ tak się składa, że odpowiada naszym subiektywnym

---

188 *Dhammapada*, rozdz. *Szczęście* (*Sukhavagga*), w. 204.

potrzebom i odczuciom w tym momencie. To się dzieje ciągle. Zupełnie nieświadomie próbujemy wykorzystać Nirwanę do rozwiązania problemów, które mogą być rozwiązane tylko poprzez świadomość.

W sytuacji, którą nakreśliłem, powinniśmy zacząć od rozpoznania swojego nieszczęścia. Stawmy czoło faktom! Przyznajmy przed sobą: „Jestem nieszczęśliwy!". Lub: „Jestem przygnębiony". A nawet: „Jestem zupełnie przybity". Nie próbujmy tego ukrywać. Nie próbujmy przykrywać tego zwykłym uśmieszkiem, żeby wszyscy myśleli, że jesteśmy w znakomitym nastroju. Oczywiście, w towarzystwie innych ludzi bądźmy pogodni; nie zasmucajmy swoim przygnębieniem. Ale przynajmniej nie ukrywajmy przed sobą swojego nieszczęścia. Na początek uznajmy, że jesteśmy nieszczęśliwi. Poznajmy bliżej tego nieszczęśliwego siebie. Żyjmy z nim ramię w ramię. Nie próbujmy się go pozbyć. Spytajmy siebie o to, co czyni nas nieszczęśliwymi. Jakie jest tego źródło? Nie łapmy się jakiegoś sposobu wyjścia ze swojej niedoli. Nie próbujmy zbyt szybko czy nieświadomie czynić swoim celem brak przygnębienia albo szczęście, nawet w formie Nirwany. Spróbujmy jaśniej zobaczyć, jaki element naszej osobowości budzi w nas niepokój i przygnębienie. Jeśli zdołamy to zrobić, zobaczymy, że istnieje możliwość stopniowego osiągnięcia Nirwany. Nirwana jednak z pewnością nie zostanie osiągnięta, kiedy jej wyobrażenie – jako najwyższego szczęścia czy w jakiejkolwiek innej formie – będzie wykorzystywane jako forma ucieczki od nieszczęścia, którego przyczyny sobie nie uświadamiamy. Ważna jest przede wszystkim świadomość, samopoznanie.

Być może na tym etapie możemy pozwolić sobie na mały paradoks i powiedzieć, że celem buddyzmu jest bycie całkowicie świadomym, na wszystkich poziomach, dlaczego chcemy osiągnąć cel; lub jest nim świadomość naszej potrzeby osiągnięcia celu. Idąc nieco dalej, możemy powiedzieć, że Nirwana jest pełną świadomością tego, dlaczego chcemy osiągnąć Nirwanę. Możemy nawet powiedzieć, że nieświadoma osoba ma potrzebę celu, ale z powodu swojej nieświadomości nie jest w stanie sformułować (prawdziwego) celu, podczas gdy świadoma osoba, dzięki swojej świadomości, j e s t w stanie sformułować cel, ale tego nie potrzebuje. Taka jest prawdziwa sytuacja.

Gdybym przedstawił tu konwencjonalny opis Nirwany, stwierdzając, że jest „tym" lub „tamtym", każdy zaakceptowałby albo odrzucił ten czy

tamten jej aspekt, zgodnie z własnymi, w większości nieświadomymi potrzebami. Jeśli ktoś czuje nieświadomą potrzebę szczęścia, a ja powiedziałbym, że Nirwana jest najwyższym szczęściem, uczepiłby się tego i pozostał przy tym, nie zdając sobie naprawdę sprawy z tego, co robi. Z drugiej strony, jeśli ktoś jest wrażliwy na punkcie braku wiedzy i zrozumienia, a ja powiedziałbym, że Nirwana jest stanem całkowitej iluminacji, znów półświadomie uczepiłby się tego. Tak samo, jeśli ktoś czuje, że jego życie jest ograniczone, że brak mu wolności, jeśli krępuje go praca czy rodzina, a ja bym napomknął, że Nirwana jest wyzwoleniem, pomyślałby: „Tego właśnie chcę". Niezależnie od tego, co bym powiedział, w ten półświadomy sposób każdy wyznaczyłby sobie cel, nie próbując zrozumieć, dlaczego jest nieszczęśliwy czy nieświadomy, czy uwiązany. Po prostu użyłby Nirwany jako półświadomego, tymczasowego rozwiązania, co oczywiście niezbyt by mu pomogło.

Oświecenie

Oświecenie obejmuje głównie trzy charakterystyki: najwyższą wiedzę i zrozumienie, miłość i współodczuwanie oraz energię. Najwyższa wiedza zawiera w sobie nieprzerwany strumień czystej świadomości, w której wychodzi się poza dualizm między podmiotem a przedmiotem. Jest również stanem duchowej wizji, dokonującej się wprost, bez jakiegokolwiek pośrednictwa, która widzi wszystkie rzeczy bezpośrednio, jasno, żywo i prawdziwie. Miłość i współodczuwanie oświeconego są intensywne, głębokie i płyną niepowstrzymane ku wszystkim istotom. A niewyczerpana umysłowa i duchowa energia oświeconego to doświadczenie ogromnej, stale kipiącej energii, przejawiającej się w spontaniczności i nieprzerwanej kreatywności.

W tradycji buddyjskiej wszystkich szkół Oświecenie obejmuje głównie trzy charakterystyki. Po pierwsze, Oświecenie określane jest jako stan czystej, jasnej – nawet promiennej – świadomości. Niektóre szkoły twierdzą wręcz, że w tym stanie świadomości dualizm podmiot-przedmiot nie jest już doświadczany. Nie ma „tam" ani „tutaj". To rozróżnienie podmiotu i przedmiotu jest całkowicie przekroczone. Jest tylko jedna, ciągła, czysta, jasna świadomość, rozszerzająca się niejako we wszystkich kierunkach. Co więcej, jest to świadomość rzeczy takich, jakimi naprawdę są, a mówiąc „rzeczy" w tym kontekście, nie mam

na myśli przedmiotów, ale, by tak rzec, rzeczy przekraczające dualizm podmiotu i przedmiotu.

Stąd też o czystej, jasnej świadomości mówi się jak o świadomości Rzeczywistości, a zatem również jak o stanie wiedzy. Ta wiedza nie jest wiedzą w zwykłym znaczeniu (która funkcjonuje w ramach dualizmu podmiot-przedmiot). To jest raczej stan duchowej wizji, dokonującej się wprost, bez jakiegokolwiek pośrednictwa, która widzi wszystkie rzeczy bezpośrednio, jasno, żywo i prawdziwie. To jest wizja duchowa – nawet transcendentalna – wolna od złudzeń, wszelkich niewłaściwych przekonań, całego błędnego, pokrętnego myślenia, wszelkiej niejasności, wszelkiego zaciemnienia, całego mentalnego uwarunkowania i wszystkich uprzedzeń. Zatem Oświecenie przede wszystkim jest stanem czystej, jasnej świadomości, stanem wiedzy czy wizji.

Po drugie i nie mniej ważne, Oświecenie określa się jako stan intensywnej, głębokiej miłości i niepowstrzymanego współczucia. Czasem ta miłość porównywana jest do miłości matki do jej jedynego dziecka. To porównanie pojawia się, na przykład, w słynnym tekście buddyjskim zwanym *Metta sutta*, *Rozprawa o miłującej dobroci*[189]. W tej rozprawie Budda mówi: „Tak jak matka chroni swego jedynego syna nawet kosztem własnego życia, tak powinno się rozwijać umysł wszechogarniającej miłości do wszystkich żyjących istot”. Powinniśmy kultywować tego rodzaju postawę. Zauważmy, że Budda nie mówi tylko o wszystkich ludzkich istotach, ale o wszystkich żyjących istotach: wszystkich, które oddychają, poruszają się, odczuwają. Tak czuje oświecony umysł. Ten tekst dalej mówi, że miłość i współczucie oznacza szczere pragnienie – głębokie, palące pragnienie – pomyślności i szczęścia dla nich: pragnienie, żeby wszystkie istoty zostały uwolnione od cierpienia, od wszelkich trudności, żeby wzrastały i rozwijały się, i żeby ostatecznie osiągnęły Oświecenie. Tego rodzaju miłość i współczucie – nieskończone, niepowstrzymane, bezgraniczne, skierowane do wszystkich żyjących istot – jest również częścią Oświecenia.

Po trzecie, Oświecenie jest stanem, czy doświadczeniem, niewyczerpanej umysłowej i duchowej energii. Bardzo dobrze ilustruje to zdarzenie z życia samego Buddy. Jak wiemy, osiągnął on Oświecenie w wieku

---

[189] *Some Sayings of the Buddha…*, s. 44-5.

trzydziestu pięciu lat i dalej nauczał i kontaktował się z innymi aż do sędziwego wieku osiemdziesięciu lat, chociaż jego ciało fizyczne w końcu osłabło. Przy pewnej okazji powiedział: „Moje ciało jest jak stary, popsuty wóz, wielokrotnie naprawiany. Ale mój umysł jak zawsze jest pełen wigoru. Nawet gdyby mnie nosili z miejsca na miejsce w lektyce, to gdyby ktoś do mnie przyszedł, wciąż mógłbym go uczyć. Mój intelektualny i duchowy wigor nie zmniejszył się, mimo że moje ciało osłabło"[190]. A więc stan Oświecenia charakteryzuje się energią. Moglibyśmy powiedzieć, że stan Oświecenia to stan ogromnej, wciąż kipiącej energii, całkowitej spontaniczności, nieprzerwanej kreatywności. Mówiąc krótko, stan Oświecenia jest stanem pełnej, nieuwarunkowanej wolności od wszystkich subiektywnych ograniczeń.

Tak więc tradycja buddyjska rozumie Oświecenie – przynajmniej na tyle, na ile Oświecenie może być opisane, na ile jego różne aspekty mogą być w ten sposób zestawione. W rzeczywistości zatem wiedza przechodzi w miłość i współczucie, miłość i współczucie w energię, energia w wiedzę i tak dalej. Nie można oddzielić jednego aspektu od pozostałych. Niemniej jednak tradycja daje ten „zestawiony" opis Oświecenia, żeby przekazać choćby jego cień, dać jakieś niewielkie pojęcie czy odczucie, czym ono jest. Jeśli chcemy dowiedzieć się o nim więcej, będziemy musieli przeczytać jakieś obszerniejsze, poetyckie wyjaśnienie, najlepiej z pism buddyjskich, lub podjąć praktykę medytacji i spróbować uzyskać dzięki niej przynajmniej przebłysk Oświecenia. Zatem kiedy buddyzm mówi o Oświeceniu, o stanie buddy czy Nirwanie, to chodzi właśnie o stan najwyższej wiedzy, miłości, współczucia i energii.

---

[190] Budda nazywa swoje postarzałe ciało zniszczonym wozem w *Maha-parinibbana Suttanta*, *Digha-Nikaya*, ii, 99, [w:] *Some Sayings of the Buddha…*, s. 227.



Wspólnota Buddyjska Triratna to aktywnie rozwijający się międzynarodowy ruch przekazujący niemal od pięćdziesięciu lat nauki buddyjskie w sposób przystępny i nowoczesny.

W Polsce działamy aktywnie w **Krakowie**, gdzie prowadzimy ośrodek **Sanghaloka**, i w **Warszawie**, gdzie założyliśmy filię.

To miejsca w centrum miasta, gdzie staramy się stworzyć inspirującą atmosferę i warunki pozwalające podjąć autentyczną praktykę duchową opartą na przyjaźni.

To miejsca dla buddystów, ale także dla jego sympatyków i przyjaciół, dla wszystkich, którzy dobrze się z nami czują, a niekoniecznie chcą zostać buddystami.

To także miejsca dla tych, którzy zastanawiając się nad wyborem ścieżki i praktyki duchowej, chcą się przyjrzeć, przysiąść, spróbować, dać sobie czas na rozeznanie.

Stawiamy na samodzielne myślenie, otwartą dyskusję, na uruchomienie i wykorzystanie swojego potencjału współczucia i mądrości. Organizujemy regularnie stacjonarne oraz wyjazdowe kursy medytacji i buddyzmu, tzw. retrity, na które zapraszamy.

Więcej informacji o Triratnie, założycielu, buddyzmie, medytacji oraz o zajęciach w Krakowie i Warszawie znajdziesz na naszej stronie **www.buddyzm.info.pl**.

Zajrzyj, poczytaj, pooglądaj, posłuchaj i jeśli zainteresujesz się tym, co robimy, skontaktuj się z nami – czekamy!